الجامعة الإســلامية – غـزة
عمـــادة الدراســـات العليـــا
كليـــة أصـــول الـــدين
قسم التفسير وعلوم القــرآن



رسالة ماجستير بعنوان:

منهــج القــرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان

(دراسة موضوعية)

إعداد الطالب

فريد فرج سعيد زيارة

تحت إشراف

فضيلة الدكتور

جمال محمود الهوبي

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير

في التفسير وعلوم القرآن من كلية أصول الدين في الجامعة الإسلامية بغزة

1430 هـــ - 2009م

بسم الله الرحمن الرحيم

يقول تعالى:

﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾

[النحل:97]

ويقول تعالى:

﴿ فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلإِسْلامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقاً حَرَجاً كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ﴾

[الأنعام:125]

ويقول تعالى:

﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾

[الإسراء:82]

إهداء

أهدي بحثي هذا إلى أعز الناس إلى قلبي...

إلى والدتي الحبيبة الغالية التي رعتني صغيراً وكبيراً

إلى روح أبي الحبيب الذي بذل حياته من أجلي وإخوتي.

إلى زوجتي العزيزة أم فرج التي ساندتني وهيئت لي أسباب النجاح، وإلى أبنائي وبناتي نور العين.

إلى إخوتي الأحباء على قلبي (أبو بلال وحيد، وأبو أحمد بشير، وأبو عمر أسامة، وأبو فرج نادر، وأبو حمزة هشام)، والذين شاركوني في مسيرتي العلمية

إلى أخواتي الكريمات (أم صلاح، وأم رائد، وأم حمزة، وأم محمد ، ومنال)

إلى جميع إخواني الكرام العاملين في حقل الدعوة إلى الله

إلى المجاهدين في سبيل الله أينما كانوا.

إلى شهداء فلسطين خاصة وشهداء الإسلام عامة وعلى رأسهم الشيخ الإمام أحمد ياسين

إلى أسرانا البواسل الصامدين خلف القضبان

إلى روح أخي العزيز الدكتور العالم الرباني أحمد شويدح أبي أيمن يرحمه الله تعالى

إلى من أحبني في الله ومن أحببته في الله

إليكم جميعاً أهدي بحثي هذا المتواضع

شكر وتقدير

أتقدم بجزيل الشكر إلى مشرفي على هذه الرسالة الدكتور جمال محمود الهوبي على ما قدمه لي من إرشادات وتوجيهات وملاحظات قيمه ساهمت في إخراج بحثي بهذه الصورة، سائلاً المولى عزوجل أن يأجره خير الجزاء ، وأن يجعل ذلك في ميزان حسناته يوم القيامة.

كما أشكر مناقشي الرسالة د. زكريا إبراهيم الزميلي و د. عبد الكريم حمدي الدهشان على قَبولهما مناقشتي ، وعلى ما أضافاه لي من ملاحظات وتوجيهات ولفتات رائعة من أجل إثراء الرسالة وخروجها بهذا الثوب.

كما أشكر القائمين على الدراسات العليا الذين منحوني شرف استكمالي لتحصيلي العلمي العالي لنيل درجة الماجستير في التفسير وعلوم القرآن وعلى ما يبذلونه من جهد خدمةً للعلم والمتعلمين.

كما لا يفوتني أن أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالفضل لأساتذتي في الهيئة التدريسية في قسم التفسير وعلوم القرآن، والذين استفدت من علمهم وخبراتهم وتوجيهاتهم المتميزة، والتي كان لها انعكاساتها على شخصيتي العلمية.

والشكر موصول لتاج رؤوسنا ومنار حياتنا إلى جامعتي الغراء الجامعة الإسلامية بغزة، ولجميع العاملين فيها على جميع مستوياتهم ومناصبهم المختلفة، والله أسأل أن يحفظها ويرعاها ، ويزيد من تقدمها العلمي والحضاري.

كما أتقدم بالشكر من الإخوة الكرام في الهيئة التدريسية في قسم علم النفس، وأخص بالذكر الدكتور أسامة المزيني، والدكتور سمير قوته على ما قدماه لي من نصح وإرشاد وتوجيه بما يتعلق من ناحية علم النفس في رسالتي هذه.

المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة و السلام على سيدنا محمد الصادق الوعد الأمين وخاتم النبيين أما بعد :

فإن الصحة النفسية لها أهمية كبيرة في حياة الإنسان فبها ينعم الإنسان بالأمن والطمأنينة والاستقرار وبفقدانها يعيش في كدر وضيق و شقاء، وعندها يبذل أموالاً طائلة طلباً لتحقيق الصحة النفسية .

إن المجتمعات تحاول وتعمل جاهدة على تحقيق الصحة النفسية لإفرادها خاصة الدول المتقدمة وكثير منها يرصد أموالاً طائلة لإقامة عيادات نفسية وتوظيف متخصصين نفسانيين لتقديم الخدمات والأبحاث والدراسات من أجل تحقيق الصحة النفسية للأفراد، سواء كان في الأسرة، أو في المدرسة أوفي أماكن العمل المختلفة .

إن معظم الدراسات و البحوث التي قدمها علماء النفس تتعلقبالجانب المادي للإنسان، وتغفل الجانب الروحي فيه، لذا نجد الأطباء النفسانيين كثيراً ما يقفوا عاجزين أمام حالات نفسية مرضية متعددة ومختلفة، فلا يجدون لها علاجاً شافياً .

والناظر في كتاب الله عز وجل، والمتدبر لآياته يجد أن القرآن الكريم اهتم بالإنسان وأكرمه وفضله على غيره من الخلائق يقول تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً** ﴾ [سورة الإسراء:70].

ومن إكرامه سبحانه للإنسان أنه اهتم بصحته النفسية، فرسم للإنسان منهجاً قرآنياً، إن امتثل له تمتع بالصحة النفسية، وإن لم يمتثل عاش في ضنك وكدر قال تعالى : ﴿ **فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى،وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى**﴾ [طه:123 -124]

كيف لا وهو الخالق الذي يعلم ما يصلح لخلقه يقول تعالى: ﴿ **أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ**﴾ [الملك:14].

وهو خالق هذه النفس، يعلم ما يسعدها و ما يشقيها لقوله تعالى: ﴿**وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا،فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا،قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا،وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا**﴾[الشمس:7 -10]

أهمية الدراسة و أهدافها :

هناك مجموعه أهداف للدراسة تبين مدى أهميتها وسأذكر أهمها فيما يلي :

1- أملاً في مغفرة الله و رضوانه بتوريث علم ينتفع به .

2- بيان مدى اهتمام القرآن الكريم بصحة الإنسان النفسية .

3- التخفيف عن أصحاب المشاكل النفسية و إيجاد علاج قرآني نفسي لمشاكلهم .

4- تذكير المسلمين بنعمة الصحة النفسية التي يتمتعون بها بسبب إيمانهم الصادق و عملهم الصالح وأن الصحة النفسية لا تتحقق بارتكاب المعاصي و الآثام والشهوات ويحرمها الكافر والمنافق

5- بيان أن القرآن أصل لكل العلوم وعلى العلماء استخراج هذه العلوم ببحثهم، ودراستهم لدلالات وإشارات القرآن الكريم لهذه العلوم .

6- إثراء المكتبة الإسلامية بهذا البحث القرآني المتخصص المحكم .

7- كثرة الآيات القرآنية التي تتحدث عن موضوع الدراسة(نحو تسع مائة آية)..

أسباب اختيار موضوع الدراسة :

1- أهمية و حاجة الإنسان و المجتمع لتحقيق الصحة النفسية .

2- كثرة المشاكل و الأمراض النفسية التي يعاني منها الأفراد و المجتمعات عامة .

3- عجز الطب النفسي و علماء النفس عن علاج العديد من الحالات النفسية المرضية

4- الاستجابة لنصيحة أخواني بأهمية هذا الموضوع و ضرورة الكتابة فيه لخدمة مجال الدعوة إلى الله

5- كتابة دراسة متميزة من الدراسات القرآنية تتناول موضوعاً جديداً يهم حياة الإنسان

6- واقع الشعب الفلسطيني من آثار اعتداءات الاحتلال و انعكاساته على صحتهم النفسية

الدراسات السابقة :

بعد بحثي و اطلاعي على ما كُتب في هذا الموضوع والتواصل مع مركز الملك فيصل لم أجد دراسة قرآنية موضوعيه أكاديمية محكمة،و لكن كانت هناك كتابات و دراسات عديدة في مجال دراسة علم النفس تم تناولها بصورة إسلامية عامة، أو بما يتعلق بالقرآن فقط، أو بالسنة فقط، مثل:

1- كتاب الإسلام و الصحة النفسية للدكتور محمد الشناوي

2- كتاب القرآن و علم النفس للدكتور عبد العلي الجسماني.

3 -كتاب من علم النفس القرآني للدكتور عدنان الشريف.

4 - كتاب القرآن و علم النفس للدكتور محمد عثمان نجاتي .
5 - الحديث النبوي وعلم النفس للدكتور محمد عثمان نجاتي.
6 -سلسله القرآن وعلم النفس للدكتور عبد العلي الجسماني .
أما هذه الدراسة فهي دراسة قرآنية موضوعيه جديدة تتناول منهج القرآن في تحقيق الصحة النفسية، مستفيداً من دراسات من سبقني في هذا الموضوع.

منهج البحث :

ومن خلال هذه الدراسة سأتناول موضوع الصحة النفسية للإنسان من منظور قرآني موضوعي وأبين كيف يحقق القرآن الصحة النفسية للإنسان وكيف يعالج مشاكله و همومه النفسية فيجعل منه شخصيه سويه تتمتع بالصحة النفسية وكذلك طريقته في تقويم الشخصية غير السوية ليحقق فيها التوازن وأبين التوجيه القرآني في تحقيق الصحة النفسية للإنسد ان من خلال :

1 - اعتماد المنهج الموضوعي الاستقرائي التحليلي النقدي الوصفي الاستنباطي في البحث واعتماد خطوات التفسير الموضوعي .
2 - جمع الآيات ذات الصلة وتوزيعها على موضوعات الرسالة.
3 - توثيق آيات القرآن بذكر اسم السورة ورقم الآية.
4 - تخريج الأحاديث النبوية من مظانها ونقل حكم العلماء عليها ما أمكن.
5 - توثيق المعلومات المستد بها من كتب التفسير وغيرها حسب الأصول و بأمانه علميه.
6 - الرجوع إلى كتب التخصص في علم النفس ليُسهم في دقه إنزالها على الآيات.
7 - محاوله الربط بين موضوعات الرسالة وواقع المسلمين عامه وأهل فلسطين خاصة وذلك من خلال استنباط العبر والعظات والدروس.
8 - عمل الفهارس المطلوبة للرسالة .

خطه البحث :

يتكون البحث من : مقدمة وتمهيد و ثلاثة فصول وخاتمه وهي:

المقدمة وفيها :

أهمية الدراسة و أهدافها وأسباب اختيار الموضوع ومنهجيه البحث وخطه الدراسة..

التمهيد: وقفات مع الصحة النفسية.

أولاً: تعريف الصحة النفسية لغة واصطلاحاً وشرعاً.

ثانياً: أنواع النفوس في ضوء القرآن الكريم

النوع الأول:النفس الأمارة بالسوء.

النوع الثاني: النفس المختلطة.

النوع الثالث: النفس اللوامة.

النوع الرابع: النفس الأوابة.

النوع الخامس: النفس المطمئنة.

الفصل الأول

منهج القرآن في تحديد مؤشرات الصحة النفسية للإنسان

وفيه أربعه مباحث:

المبحث الأول : صلة الإنسان بخالقه .

وفيه مطلبان:

المطلب الأول : الالتزام العقدي.

المطلب الثاني: الالتزام التعبدي.

المبحث الثاني : علاقة الإنسان بنفسه .

المطلب الأول : اهتمام الإنسان بنفسه .

المطلب الثاني : اهتمام الإنسان بجسده

المبحث الثالث : علاقة الإنسان بالآخرين حوله .

المطلب الأول : علاقته بأهلة وأقربائه.

المطلب الثاني : علاقته بالآخرين.

المبحث الرابع :انسجام الإنسان مع الكون المحيط به

وفيه ثلاثة مطالب:

المطلب الأول :التفكر في الكون.

الفصل الثاني

منهج القرآن في إبراز الشخصية السوية و الصحة النفسية

الفصل الثالث :

أساليب القرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان

وفيه مطلبان:

المطلب الأول:عناية القرآن بدوافع الجسد والسيطرة عليها.

المطلب الثاني:عناية القرآن بانفعالات الجسد والسيطرة عليها.

المبحث الثالث: عناية القرآن بالعقل ومتعلقاته.

وفيه مطلبان:

المطلب الأول:عناية القرآن بالعقل ومكانته.

المطلب الثاني:عناية القرآن بمتعلقات العقل.

المبحث الرابع : التوجيه القرآني لتحقيق الصحة النفسية.

وفيه أربعة مطالب :

المطلب الأول: التوجيه القرآني بتحقيق الإيمان .

المطلب الثاني: التوجيه القرآني بالتزام العبادات .

المطلب الثالث: التوجيه القرآني بالامتثال بالأخلاق .

المطلب الرابع : التوجيه القرآني بالتوافق النفسي الاجتماعي.

الخاتمة: وفيها أهم النتائج و التوصيات ..

الفهارس :

1. فهارس الآيات.
2. فهارس الأحاديث
3. فهارس المراجع
4. فهارس المواضيع

التمهيد

وقفات مع الصحة النفسية

وفيه

أولاً:تعريف الصحة النفسية لغة واصطلاحاً وشرعاً.

ثانياً: أنواع النفوس في ضوء القرآن الكريم

النوع الأول:النفس الأمارة بالسوء.

النوع الثاني: النفس المختلطة.

النوع الثالث: النفس اللوامة.

النوع الرابع: النفس الأوابة.

النوع الخامس: النفس المطمئنة.

التمهيد

وقفات مع الصحة النفسية

أولاً: تعريف الصحة النفسية ومفهومها:

1 تعريف الصحة و النفس لغةً:

أ **الصحة لغةً**: " ضد السقم "[1]

والصحة في البدن: " حالة طبيعية تجري أفعاله معها على المجرى الطبيعي، ورجل صحيح الجسد خلاف مريض، والصحيح هو السليم من العيوب والأمراض "[2].

ب **النفس لغةً**:

جاءت بمعنى:

" الروح، يقال خرجت نفسه و جاد بنفسه، الدم، يقال دفق نفسه"[3].

"الجسد"[4].

2 - **النفس في التعريف القرآني**:

وردت لفظة النفس في مائتين وخمس وتسعين آية من القرآن الكريم، جاءت فيها بمعان متعددة وهي:

"أ _ النفس بمعنى ذات الله سبحانه و تعالى ومثاله قوله سبحانه: ﴿ **تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ** ﴾ [المائدة:]

ب النفس بمعنى صفه الله سبحانه وتعالى ومثاله قوله سبحانه: ﴿**وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ**﴾ [آل عمران: 28]

ت النفس بمعنى الروح ومثاله قوله سبحانه: ﴿**يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً**﴾ [الفجر :27،28]

ث النفس بمعنى الإنسان كمخلوق ومثاله قوله سبحانه : ﴿**مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرائيلَ أَنَّهُ مَنْ قَتَلَ نَفْساً بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعاً وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعاً** ﴾ [المائدة: 32] "[5]

---

1 - مختار الصحاح: (الإمام محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي/ص150 / مكتبه لبنان/ط 1988).

2 - نفس المرجع السابق / ص150.

3 - المعجم الوسيط: (مجمع اللغة العربية / ج2/ ص978) .

4 - مختار الصحاح: (للرازي/ ص280) .

5 - من علم النفس القرآني: (د عدنان الشريف/ص36،37/ دار العلم للملايين/ط2000/4م) بتصرف .

ويرجح الباحث معنى النفس في الصحة النفسية بمعنى الروح والجسد .

3 - **تعريف الصحة النفسية في علم النفس**:

"هي حاله من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد، تؤدي به أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته، ويقبله المجتمع، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والكفاية."[1]

وقال دكتور نجاتي: " يعرف علماء النفس الصحة النفسية، بصفة عامة، بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي، وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله، والقدرة على تحمل مسئوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات، وتقبل الفرد لواقع حياته، والشعور بالرضا والسعادة. "[2]

4 **الصراع النفسي**:

يقول تعالى: ﴿**وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا**﴾ [الشمس:7-10]

يقول سيد قطب:" إن هذا الكائن مخلوق مزدوج الطبيعة، مزدوج الاستعداد، مزدوج الاتجاه ونعني بكلمة مزدوج على وجه التحديد أنه بطبيعة تكوينه من طين الأرض ومن نفخة الله فيه من روحه، مزود باستعدادات متساوية للخير والشر، والهدى والضلال، فهو قادر على التمييز بين ما هو خير وما هو شر، كما أنه قادر على توجيه نفسه إلى الخير وإلى الشر سواء وأن هذه القدرة كامنة في كيانه "[3].

ويقول د . محمد رشاد خليل: " لقد تخبط علماء النفس الغربيون في فهم الصراع النفسي، وذلك بسبب إنكارهم لحقيقة النفس المخلوقة على نحو ما بينه الإسلام، ولذا فإن الإسلام يعرض لنا الصراع بأبعاده المختلفة، وهو الصراع في نفس الإنسان الذي همه دنياه لا يعرف غيرها، والإنسان الذي يتردد بين دنياه وبين آخرته، والإنسان الذي همه على آخرته، ولذا فإن علماء النفس الإلحادي الذي لا يعترف بالروح لا يستطيع أن يفهم أنواع الصراع بين الخير والشر التي يعتمل في النفس الإنسانية، لأن عوامل الصراع فيها ما هو مغيب، وما هو مشهود، وهذه العوامل تعمل في نفس الكافر والمؤمن على السواء، والمؤمن يؤمن بوجودها، وإن لم يعرف كيفيه عملها، والكافر يسلم ببعضها، وينكر بعضها، وتسليمه لا يؤثر في عمل

---

1 - الصحة النفسية: / علاء الدين كفافي / ص81/هجر للطباعة /ط1990/3م .

2 -الحديث النبوي وعلم النفس/ د محمد عثمان نجاتي/ص271/ دار الشروق/ط2002م .

3 - في ظلال القرآن/ سيد قطب / ج6/ص3917/ ط14/ دار الشروق .

هذه العوامل، وإنما يؤثر في نتيجته، فالمؤمن يستعين بالله ويستغفره ويعوذ به ويجاهد نفسه، ويجاهد شيطانه، ويظل على ذلك حتى ينجيه الله تعالى ويشفيه، وينزل عليه الرضا والسكينة والأمن، أما الكافر فإنه يظل تحت تسلط شيطانه، ونفسه، وهمومه، ومخاوفه، حتى تدمر حياته وتتحطم أعصابه ويعيش حياته نهباً للقلق ، أو يصبح مكتئباً مريض النفس " [1]

يؤكد الباحث على ما سبق بأن حقيقة الصراع القائم في النفس سببه الإعراض عن منهج الله، والكفر، وإتباع الهوى والشيطان،يقول النبي ﷺ : **(البر ما اطمأنت إليه النفس، واطمأن إليه القلب، والإثم ما حاك في النفس، وتردد في الصدر)**[2] ،فالإثم يحدث خلخله و اضطراباً وقلقاً واكتئاباً في النفس، للتجاذبات المختلفة والمتعددة لرغبات النفس ونزواتها و شهواتها، يقول الله تعالى : ﴿**ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً رَجُلاً فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلاً سَلَماً لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلاً**﴾ [الزمر: 29] فهذه النفس المتصارعة كالرجل الذي يتبع لشركاء متشاكسين، أما نفس المؤمن بربه، و المستسلم له لا لغيرة، ينجو من هذا الصراع النفسي،، لعدم وجود توجيهات مختلفة بل هي من جهة واحدة من لدن حكيم عليم، فهي كرجل سلماً لرجل ،لا لشركاء متضادين مختلفين متشاكسين.

من هنا كانت نفس المؤمن هادئة هانئة مطمئنه، لا تعاني من الصراع النفسي والأمراض النفسية،أما نفس من يتخذ إلهه هواة ، ومن يتبع شيطانه، ويلهث خلف شهواته ،فتعيش في صراع نفسي متجدد، وأمراض نفسيه متنوعة.

5 - **مفهوم الصحة النفسية في الإسلام:**

"إن إغفال علماء النفس المحدثين للجانب الروحي في الإنسان في دراستهم للشخصية وللصحة النفسية قد أدى إلى قصور واضح في فهمهم للشخصية الإنسانية، وفي معرفتهم للعوامل المحددة للشخصية السوية وغير السوية، كما أدى إلى عدم اهتدائهم إلى تكوين مفهوم واضح دقيق للصحة النفسية، فنحن لا نستطيع أن نفهم الإنسان فهماً صحيحاً إذا قصرنا اهتمامنا في دراسة شخصيته على الجوانب البيولوجية والاجتماعية والثقافية، وأهملنا الجانب الروحي، إنما ندرس الإنسان بأكمله دراسة كليه تتناول جميع العوامل المحددة لشخصيته، سواء كانت بيولوجيه، أو اجتماعيه، أو ثقافيه، أو روحيه"[3]

---

1 - انظر علم النفس الإسلامي العام و التربوي / د محمد رشاد خليل/ ص75/ دار القلم/ط1/1987م .

2 - سنن الدارمي/ الإمام الحافظ عبد الله بن عبد الرحمن الدارمي/ تحقيق/ سيد إبراهيم،علي محمد علي/ ح 2533/ ج 2/ص114/ ك البيوع/ ب دع ما يريبك إلى ما لا يريبك/ دار الحديث/ ط1/2000م .

3 - الحديث النبوي و علم النفس: (د نجاتي/ ص276) .

الخلاصة:

ما يراه الباحث مما سبق أن الصحة النفسية في القرآن هي:

تحقيق التوازن بين تلبيه حاجات الروح وبين تلبيه حاجات الجسد، وتحقيق التوافق البيئي والاجتماعي وفق الضوابط الشرعية.

ثانياً: أنواع النفس في ضوء القرآن الكريم:

إن النفس التي خلقها ربنا وأودعها في أجسادنا لها صفات عديدة، وقد تتعدد فيها صفات متضادة،فيمكن أن تكون أمارة بالسوء، ضعيفة أمام شهوة من الشهوات، أو أكثر من شهوة،ويمكن أن تكون لوامة؛ فتطيع تارة، وتعصي تارة أخرى، أو تقصر في عبادتها فتلوم صاحبها على تقصيره أو تضييعه، وقد ترتقي بإيمانها و طاعتها لربها فتكون مطمئنه بذكرها لله ووعده ووعيده و أمرة ونهيه ملتزمة بدينه مهتدية بهدي رسوله.

قال ابن القيم:" والنفس قد تكون تارة أمارة ، وتارة لوامة، وتارة مطمئنه، بل في اليوم الواحد والساعة الواحدة يحصل منها هذا وهذا، والحكم الغالب عليها من أحوالها ، فكونها مطمئنه وصف مدح لها و كونها أمارة بالسوء وصف ذم لها ، وكونها لوامة ينقسم إلى المدح و الذم، بحسب ما تلوم عليه "[1]

لذا لابد من التعرف على أنواع النفس حتى نمتثل بأحسنها و هي المطمئنة ونتخلى عن سيئها وهي النفس الأمارة بالسوء. ومن خلال استعراض الباحث لآيات القرآن الكريم تعرف على بعض أنواع هذه النفس، ومنها:

النفس الأمارة بالسوء، والنفس المختلطة، والنفس اللوامة، والنفس الأوابة، والنفس المطمئنة.

أ - النوع الأول: النفس الأمارة بالسوء:

قال الله تعالى : ﴿**وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ [يوسف:53]

قال الشوكاني رحمه الله في تفسيره: "هذا الجنس من الأنفس البشرية شأنه الأمر بالسوء، لميله إلى الشهوات وتأثيرها بالطبع، وصعوبة قهرها وكفها عن ذلك "[2]

وقال ابن الجوزية:" وأما النفس الأمارة فجعل الشيطان قرينها و صاحبها الذي يليها، فهو يعدها و يمنيها ويقذف فيها الباطل، ويأمرها بالسوء و يزينه لها، و يطيل في الأمل، و يريها الباطل في صورة تتقبلها و تستحسنها ، ويمدها بأنواع الإمداد الباطل من الآمال الكاذبة،

---

1 - إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان: الإمام شمس الدين محمد بن أبي بكر ابن قيم الجو زيه/ تحقيق و تعليق مجدي فتحي السيد/ ج1/ص80/دار الحديث/ط2002م .

2 - فتح القدير الجامع بين فني الرواية و الدراية من علم التفسير: (محمد بن علي بن محمد الشوكاني / ج3/ص35/ الدار الثقافية العربية) .

والشهوات المهلكة، ويستعين عليها بهواها وإرادتها، فمنه يدخل عليها كل مكروه، فما استعان على النفوس بشيء هو أبلغ من هواها وإرادتها إليه "[1]

ومن هنا يرى الباحث أن النفس الأمارة بالسوء وهي النفس المسولة تبحث عن شهواتها ولذائذها ورغباتها، فتقوم بتوجيه جوارحها و قواها لتحقيقها ، فإن فتحت لها أبواب الهوى و الشهوة ولجت فيها، فتعيث فيها فساداً، و تزداد ضلالا وتيهاً فتفسد كل ما هو أمامها من صور الخير و الجمال فلا تعرف طريقاً للهدوء و الراحة والطمأنينة؛ بل تلهث خلف شهواتها لتحقيقها، فلا تشبع منها، ومن ثم فهي تعيش في ضنك ، وكدر، وشقاء مستمر.

إذن هذه النفس غير سويه؛ بل هي مريضه وسقيمة، وهي نفس مضطربة وقلقه لما يصيبها من حسرة عند فوات شهوة أو غيرها، وهي نفس ضالة منحرفة تتبع هواها، وهي نفس شرهه لا تشبع من شهواتها، وهي نفس فاسقه وشريرة لا يردها وازع عن رغبتها، وقد ضرب القرآن الكريم مثالاً لها نفس قابيل التي طوعت وسولت له ، ووجهت قواه وجوارحه من خلال حقدها وحسدها ومرضها النفسي إلى قتل أخيه هابيل،، قال تعالى: ﴿**فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ** ﴾ [المائدة:30]

قال الشوكاني في تفسيره:" سولت أي سهلت عليه الأمر و شجعته وصورت له أن قتل أخيه طوع يده سهل عليه "[2]،فمن قتل نفساً كان على ابن آدم الأول وزر هذه الجريمة يقول النبي ﷺ : **(ما من نفس تقتل ظلماً إلا كان على ابن آدم كفل من دمها)**[3]

ويصنف الباحث هذه النفس في أدنى مستويات الصحة النفسية.

ب - النوع الثاني: النفس المختلطة:

قال الله تعالى: ﴿**وَآخَرُونَ اعْتَرَفُوا بِذُنُوبِهِمْ خَلَطُوا عَمَلاً صَالِحاً وَآخَرَ سَيِّئاً عَسَى اللَّهُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ [التوبة:102]

قال ابن عاشور في تفسيره: "وخلطهم العمل الصالح والسيئ هو خلطهم حسنات أعمالهم بسيئات ... وجاء ذكر الشيئين المختلطين بالعطف بالواو على اعتبار استوائهما في وقوع الخلط عليهما". [1]

---

1 - الروح : ابن قيم الجو زيه /تحقيق عصام الدين الصبابطي / ص282/دار الحديث /ط.2003 .

2 - فتح القدير / الشوكاني / ج2/ ص 31.

3- الجامع الصحيح هو سنن الترمذي: أبو عيسى محمد بن عيسى بن سورة/ تحقيق مصطفى محمد حسين الذهبي/ح2673/ ج4/ ص467/ ك العلم/ ب الدال على الخير كفاعله/ دار الحديث/ ط1/1999م/ حسن صحيح .

قال الرازي في تفسيره: "دلت هذه الآية على عدم القول بالإحباط، وأن الطاعة تبقى موجبه للمدح والثواب، والمعصية تبقى موجبه للذم والعقاب، لأن قوله تعالى: خلطوا عملاً صالحاً وآخر سيئاً يدل على أن كل واحد منهما يبقى كما كان من غير أن يتأثر أحدهما بالآخر ؛ لأنه وصفه بالاختلاط، والمختلطان لابد وأن يكونا باقيين حال اختلاطهما لأن الاختلاط صفه للمختلطين، وحصول الوصف حال عدم الموصوف محال، فدل على بقاء العملين حال الاختلاط ."[2]

ويرى الباحث أن هذه الآية فيها إشارة إلى نوع من أنواع النفس وهي بين النفس الأمارة بالسوء والنفس اللوامة وهي النفس المختلطة التي تخلط العمل الصالح بالسيئ دون ترك أي منهما أو سيطرة أحدهما على الآخر وتبقى على حالها هذا إلى أن تلقى ربها فلا هي نفس خيرة خالصة ولا هي نفس شريرة خالصة. ويشهد لهذا حديث سمرة ﷺقال: **(قال رسول الله ﷺ لنا: أتاني الليلة آتيان فابعثاني فانتهينا إلى مدينه مبنية بلبن ذهب و لبن فضه فتلقانا رجال شطر من خلقهم كأحسن ما أنت راء وشطر كأقبح ما أنت راء، قالا لهم: اذهبوا فقعوا في ذلك النهر، فوقعوا فيه ثم رجعوا إلينا قد ذهب ذلك السوء منهم فصاروا في أحسن صورة، قالا لي: هذه جنه عدن، وهذاك منزلك، قالا: أما القوم الذين كانوا شطر منهم حسن و شطر منهم قبيح فإنهم خلطوا عملاً صالحاً وأخر سيئاً عفا الله عنهم).**[3]

ويصنف الباحث هذه النفس المختلطة بأنها متذبذبة ولكنها أرقى في مستويات الصحة النفسية من مستوى النفس الأمارة بالسوء، فهي تتقلب في مستوى الصحة النفسية بحسب منسوب عملها الحسن أو السيئ.

ج - النوع الثالث: النفس اللوامة:

قال تعالى : ﴿**وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ**﴾ [القيامة:2]

قال ابن كثير في تفسيره: "أنها تلوم صاحبها على الخير والشر، وتندم على ما فات، وذكر عن الحسن البصري قوله إن المؤمن والله ما نراه إلا يلوم نفسه: ما أردت بكلمتي، ما أردت بأكلتي، ما أردت بحديث نفسي، وإن الفاجر يمضي قدمًا قدمًا ما يعاتب نفسه".[4] .

---

1 -التحرير و التنوير: محمد بن عاشور /ص21/ ج6/دار سحنون للنشر والتوزيع .

2 - التفسير الكبير : فخر الدين الرازي/ص494/ ج4 / دار الفكر /ط2 /1978م .

3 - صحيح البخاري : الإمام محمد بن إسماعيل البخاري/ ج3/ص283/دار الفجر/ ط.2005.

4 - انظر تفسير القرآن العظيم: للإمام الحافظ أبي الفداء إسماعيل بن كثير القرشي الدمشقي/تحقيق د. كمال علي الجمل/ ج4 /ص553 / دار التوزيع و النشر الإسلامية/ط1/1998م.

وقال ابن القيم:" كونها لوامة ينقسم إلى المدح و الذم، بحسب ما تلوم عليه ، وقال من جعلها من التلوم فلكثرة ترددها و تلومها، وأنها لا تستقر على حال واحدة ".[1]

واختار سيد قطب النفس اللوامة " أي المتيقظة التقية الخائفة المتوجسة، التي تحاسب نفسها، وتتلفت حولها، وتتبين حقيقة هواها، وتحذر خداع ذاتها ،هي النفس الكريمة على الله."[2]

يرى الباحث أن قول سيد قطب يتناسب مع النفس الأوابة لا اللوامة.

وأما النفس اللوامة فهي في صراع دائم وتجاذب مستمر بين ما يجب عليها أن تفعله من الخير والطاعة، و ما يجب عليها تركه من شر ومعصية، فهي في صراع بين الخير والشر، وهذا ما يسببه لها من عدم استقرار النفس و هدوئها، فتارة يرفعها العمل الصالح، وتارة يخفضها العمل السيئ، فهي في صراع متجدد حتى ينتصر أحد الأمرين على الآخر.

لذا يرى الباحث أن النفس اللوامة في مستوى غير مستقر من الصحة النفسية، وهي في مرتبه أعلى من النفس الأمارة و النفس المختلطة، و يمكنها أن ترتقي بمستوى الصحة النفسية بالمجاهدة، والمراقبة، والمحاسبة،وارتفاع منسوب الإيمان فيها بزيادة العمل الصالح، وتخلصها من المعاصي التي تحدث لها عدم الاستقرار في مستوى الصحة النفسية.

د - النوع الرابع : النفس الأوابة :

قال الله تعالى : ﴿**هَذَا مَا تُوعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيظٍ**﴾ [قّ:32]

قال ابن كثير في تفسيره: " أي رجّاع تائب مقلع. "[3] .

قال الجزائري : " أي رجّاع إلى طاعة الله كلما ترك طاعة عاد إليها حافظ لحدود الله ."[4]

ويرى الباحث أن هذين القولين وصف دقيق للنفس الأوابة، ذلك أن النفس الأوابة نفس طيبه لما فيها من أصل الخير والفطرة السليمة، فهي تعلم الخير وتحبه ، وتحرص على إتيانه والإكثار منه، وتعلم الشر وتكرهه، وتنفر منه، وتفر منه كأنه ثعبان سينهشها و يهلكها، وإذا أخطأت أو حادت عن الطريق القويم ولو يسيرا، تنيب، وتتوب، و تقلع، وتنزع إلى الاستغفار والطاعة، لقول النبي ﷺ : **(كل ابن آدم خطاء، وخير الخطائين التوابون)**[5] فتتخلص من الذنب وألمه أولاً بأول، قبل أن يتمكن ويسكن في القلب فيصيبه بالأمراض

---

1 - إغاثة اللهفان/ ابن القيم/ ص80.

2 - في ظلال القرآن/ سيد قطب / ج6 /ص3768

3 - تفسير القرآن العظيم/ ابن كثير/ ج4 /ص274

4 - أيسر التفاسير / أبو بكر الجزائري / ج5/ص148 / دار السلام /ط1/1993م

5 - سنن الدارمي / ج2 / ح2727/ ص186 / ك الرقائق/ ب ما جاء في التوبة

القلبية والنفسية، ولا تقبل من صاحبها الاستمرار أو البقاء على الانحراف، أو الغفلة، أو وسوسه الشيطان، وهذه النفس التي وصف الله أصحابها في قوله: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ**﴾ [الأعراف:201]

فالنفس الأوابة هي النفس الملهمة والتواقة، تسعى إلى معالي الأمور وأفضلها.

وقد وصف الله سبحانه بعض أنبيائه بالأوابين فقال واصفاً داوود عليه السلام : ﴿ **وَاذْكُرْ عَبْدَنَا دَاوُدَ ذَا الْأَيْدِ إِنَّهُ أَوَّابٌ**﴾ [صّ: 17]، وقال واصفاً سليمان عليه السلام : ﴿**وَوَهَبْنَا لِدَاوُدَ سُلَيْمَانَ نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ**﴾ [صّ:30]، وقال واصفاً أيوب عليه السلام : ﴿**إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِراً نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ**﴾ [صّ: 44]

والنفس الأوابة تتحقق في نفس الصالحين لقولة تعالى: ﴿**رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمْ إِنْ تَكُونُوا صَالِحِينَ فَإِنَّهُ كَانَ لِلْأَوَّابِينَ غَفُوراً**﴾ [الإسراء:25]

ويصنف الباحث هذه النفس الأوابة بأن أصحابها يتمتعون بمستوىً رائع و متجدد من الصحة النفسية، بسبب استمرارها على عودتها الدائمة لربها، وارتباطها به - وأما الأنبياء فهم فوق قياس مستويات الصحة النفسية - لما اختصهم الله به من صفات النبوة و نزول الوحي.

لذا يقيس الباحث مستوى الصحة النفسية للنفس الأوابة على الصالحين الذين أنعم الله عليهم مع النبيين والصديقين، قال تعالى: ﴿**وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ مِنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقاً**﴾ [النساء:69]

هـ - النوع الخامس : النفس المطمئنة :

يقول الله تعالى: ﴿**يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً**﴾ [الفجر 27-28]

يعرف الإمام الغزالي النفس المطمئنة بقولة :"إنها اللطيفة التي يحملها الإنسان فإذا سكنت تحت الأمر، وزايلها الاضطراب بسبب معارضه الشهوات، سميت النفس المطمئنة ."[1].

ويقول سيد قطب: "النفس المطمئنة هي المطمئنة إلى ربها، المطمئنة إلى طريقها، المطمئنة إلى قدر الله بها، المطمئنة في السراء والضراء، وفي البسط والقبض، وفي المنع والعطاء،

---

1 - إحياء علوم الدين : للإمام أبي حامد محمد بن محمد الغزالي / ج3/ص6/ دار الصابوني/ بدون طبعه..

والمطمئنة فلا ترتاب، والمطمئنة فلا تنحرف، والمطمئنة فلا تتلجلج في الطريق، والمطمئنة فلا ترتاع في يوم الهول الرعيب"[1]

"وتسمى مطمئنة باعتبار طمأنينتها إلى ربها بعبوديته، ومحبته، والإنابة إليه، والتوكل عليه، والرضا به، والسكون إليه، فإن سِمة محبته وخوفه ورجائه منها قطع النظر عن محبه غيره وخوفه ورجائه، فيستغني بمحبته عن حب سواه، وبذكره عن ذكر سواه، وبالشوق إليه وإلى لقائه عن الشوق إلى ما سواه، فالطمأنينة إلى الله سبحانه حقيقة ترد منه سبحانه على قلب عبده، تجمعه عليه، وترد قلبه الشارد إليه، فتسري تلك الطمأنينة في نفسه، وقلبه، ومفاصله، وقواه الظاهرة والباطنة ، تجذب روحه إلى الله، ويلين جلدة وقلبه ومفاصله إلى خدمته، والتقرب إليه، ولا يمكن حصول الطمأنينة الحقيقية إلا بالله، وبذكره و هو كلامه الذي أنزله على رسوله "[2]

يرى الباحث أن هذه النفس تنورت بنور الهداية والرشاد، ونظافة القلب وطهارته وسلامته، فبلغ حالها أن تخلت عن الصفات الذميمة وتحلت بالصفات الجميلة، فارتقت إلى مرتبه الكمال، والاطمئنان والرضا عن قدر الله بها، فأكرمها الله بالسعادة والهناء في الدنيا، والراحة يوم لقائه يقول تعالى: ﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28] .

وإن سر اطمئنان هذه النفس أنها لا تتخذ غير الطاعة والفضيلة و الخير طريقاً لها،ولا تقبل لها منهجاً غير منهج خالقها و بارئها الذي خلقها وأكرمها وفضلها على كثير من خلقه، لذا فهي كثيرة البر، والطاعة، والإحسان،يقول النبي ﷺ : (**البر ما اطمأنت إليه النفس، واطمأن إليه القلب**)[3] فهي مؤمنه،متمثله بخصال حسنه،مقبله على ربها، ومتواضعة، ومتسامحة، وحييه، وصابرة، وكريمه، وعفيفة، وصادقه، وأمينه، ومتفائلة، وراضيه.

من هنا صنف الباحث النفس المطمئنة في أعلى مستويات الصحة النفسية فلا يخالطها سقم ولا كدر، ولا هم ولا غم ولا حزن، وهذه النفس تحققت في جيل الصحابة رضوان الله عليهم، ومن تبعهم بإحسان، حيث قال الله عنهم: ﴿**وَالسَّابِقُونَ الْأَوَّلُونَ مِنَ الْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارِ وَالَّذِينَ اتَّبَعُوهُمْ بِإِحْسَانٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ**﴾ [التوبة:100]

---

1 - في ظلال القرآن : سيد قطب /ص3907 / ج6.

2 - الروح : ابن القيم /ص275

3 -سنن الدارمي : الدارمي/ ح2533/ ص114/ ج 2/ك البيوع/ ب دع ما يريبك إلى ما لا يريبك

"ويمكن الوصول إلى هذه الحالة عن طريق المجاهدة لكل من وفقه الله لذلك، وحقيقة الطمأنينة أن تطمئن النفس بالمعرفة الصحيحة بالله وأسمائه وصفاته، فتطمئن بما أخبر به الله، وما أخبر به نبيه من أمور الغيب و أحوال الآخرة، وتستجيب لكل ضروب الطاعة، وتنتهي عن ضروب المعصية، وتتمثل للأمر امتثالاً كاملاً، ولا تقدم إرادة ولا هوى ولا تقليداً، وعلامة ذلك لهذه الحالة أن تطمئن صاحبها من قلق المعصية إلى سكون التوبة، ويجد في قلبه لذة الطاعة، والأنس بها، والإقبال عليها، فإذا اطمأنت النفس من الشك إلى اليقين، ومن الجهل إلى العلم، ومن الغفلة إلى الذكر، ومن الخيانة إلى التوبة، ومن الرياء إلى الإيمان، ومن الكذب إلى الصدق، فقد باشرت الروح الطمأنينة"[1]

الخلاصة:

يتبين للباحث مما سبق أن مستوى الصحة النفسية يتناسب مع مستوى الإيمان:

1 - إذا بلغ الإنسان بإيمانه درجات الكمال و التسليم لله ارتقى إلى أعلى مستويات الصحة النفسية وهو ما تتمتع به النفس المطمئنة والنفس الأوابة.

2 - وإذا تذبذب أو اضطرب مستوى الإيمان زيادة أو نقصانا بطاعة الله بامتثال أوامره و اجتناب نواهيه، تذبذب واضطرب مستوى الصحة النفسية زيادة أو نقصاناً تبعاً لذلك، و يمثل لها بالنفس اللوامة والنفس المختلطة.

3 - وإذا هبط مستوى الإيمان بالتقصير بالطاعات و الوقوع في المعاصي، أو انعدم الإيمان بالكفر أو الشرك، وانقاد الإنسان وراء شهواته و نزواته و انحرافه، هبط مستوى الصحة النفسية إلى أدنى مستوياتها ، ويمثل لها بالنفس الأمارة بالسوء.

ويمكن للإنسان أن يجاهد نفسه و هواه، فينتقل من حالة إلى حالة أفضل في مستوى الصحة النفسية على قدر التزامه بالطاعة، والاستزادة و الإكثار منها، وتركه المعصية و الذنوب و التخلص منها بالتوبة، الندم على فعلها، والعزم على عدم العودة إليها .

ومصداقاً لهذا قال تعالى: ﴿**فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدىً فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلا يَضِلُّ وَلا يَشْقَى**﴾ [طــه: 123]

يقول سيد قطب: " فهو في أمان من الضلال والشقاء بإتباع هدى الله . وهما ينتظران خارج عتبات الجنة ولكن الله يقي منهما من اتبع هداه والشقاء ثمرة الضلال ولو كان صاحبه غارقاً في المتاع . فهذا المتاع ذاته شقوة شقوة في الدنيا وشقوة في الآخرة . وما من متاع حرام إلا وله غصة تعقبه وما يضل الإنسان عن هدى الله إلا ويتخبط في القلق والحيرة

1 - الروح/ ابن القيم /ص278 بتصرف

والتكافؤ والاندفاع من طرف إلى طرف لا يستقر ولا يتوازن في خطاه والشقاء قرين التخبط ولو كان في المرتع! ثم الشقوة الكبرى في دار البقاء ومن اتبع هدى الله فهو في نجوه من الضلال والشقاء في الأرض ."[1]

يقول الباحث : فالإيمان إذاً هو مقياس السعادة أو الشقاء، لا برغد العيش وكثرة المال و الجاه والسلطان ، والإيمان مكانه القلب ، والقلب يسعد بالإيمان ، ويشقى بالكفر والشد رك والنفاق والمعاصي.

لذا يصف الله حال المعرض عن الإيمان وذكر الله تعالى بأن حياته في ضيق وقلق وتعاسة مهما كان منعماً مادياً ، يقول تعالى: ﴿**وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى**﴾ [طـه:124]

قال سيد قطب: "والحياة المقطوعة الصلة بالله ورحمته الواسعة ضنك مهما يك ن فيها من سعة ومتاع إنه ضنك الانقطاع عن الاتصال بالله والاطمئنان إلى حماه ضن ك الحيرة والقلق والشك ضنك الحرص والحذر : الحرص على ما في اليد والحذر من الفوت ضنك الجري وراء بأرق المطامع والحسرة على كل ما يفوت وما يشعر القلب بطمأنين ة الاستقرار إلا في رحاب الله وما يحس راحة الثقة إلا وهو مستمسك بالعروة الوثقى التي لا انفصام لها إن طمأنينة الإيمان تضاعف الحياة طولاً وعرضاً وعمقاً وسعة والحرمان منه شقوة لا تعدلها شقوة الفقر والحرمان "[2].

---

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج4/ص2355

2 - المرجع السابق /ج4/ ص2355

الفصل الأول
منهج القرآن في تحديد علامات الصحة النفسية للإنسان

وفيه أربعه مباحث:

المبحث الأول : صلة الإنسان بخالقه .

المبحث الثاني :علاقة الإنسان بنفسه .

المبحث الثالث :علاقة الإنسان بالآخرين حوله .

المبحث الرابع : انسجام الإنسان مع الكون المحيط به

الفصل الأول

منهج القرآن في تحديد علامات الصحة النفسية للإنسان

لقد رسم القرآن الكريم منهجاً واضحاً في تحديد علامات الصحة النفسية للإنسان وفيه يقول تعالى: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً**﴾ [النحل: 97]

يقول ابن كثير: " هذا وعد من الله تعالى لمن عمل صالحا - وهو العمل المتبع لكتاب الله تعالى وسنة نبيه من ذكر أو أنثى من بني آدم، وقلبه مؤمن بالله ورسوله، وإن هذا العمل المأمور به مشروع من عند الله - بأن يحييه الله حياة طيبة في الدنيا وأن يجزيه بأحسن ما عمله في الدار الآخرة والحياة الطيبة تشمل وجوه الراحة من أي جهة كانت."

ويقول القرطبي: " من عمل عملا صالحًا وهو مؤمن في فاقة أو ميسرة، فحياته طيبة، ومن أعرض عن ذكر الله فلم يؤمن ولم يعمل صالحًا، عيشته ضنكه لا خير فيها وقال آخرون: الحياة الطيبة: السعادة."[1]

ويقول د.نجاتي: " علامات الصحة النفسية التي وضعها علماء النفس المحدثون من الغربيين

والعرب، تدور كلها حول تكيف الفرد أو توافقه مع نفسه ومع المجتمع، ومدى قدرته وفاعليته في القيام بشؤون حياته الواقعية، و إشباع حاجاته المادية الدنيوية "[2] .

وهؤلاء العلماء اغفلوا دور الدين والإيمان بالله في مؤشرات وعلامات الصحة النفسية للإنسان إلا أن د.نجاتي أشار إلى وجود بعض العلماء أشاروا إلى دور الدين وأهميته في الصحة النفسية عند الإنسان.

يقول د. نجاتي:" إن علماء النفس المحدثين، تمشياً مع النزعة المادية التي تغلب على دراسات علم النفس الحديث، لم يوجهوا أي اهتمام نحو الجانب الروحي في الإنسان، وإلى أهمية دور الدين والإيمان في الصحة النفسية، غير أن عدداً قليلاً جداً من علماء النفس المحدثين و المحللين النفسيين ابتدءوا أخيراً يدركون أهمية الدين والإيمان بالله في الصحة النفسية، وأشاروا إلى الدور الهام الذي يقوم به الإيمان في بث الأمن والطمأنينة في النفس "[3].

---

1 - الجامع لأحكام القرآن /أبو عبدا لله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي/ ج5/ ص521/ دار الحديث/2002م

2 - الحديث النبوي و علم النفس/ د. نجاتي/ ص274

3 - انظر نفس المرجع السابق / ص 275،274

وعلامات الصحة النفسية من وجهة نظر د. محمد عودة محمد ود. كمال مرسي تتمثل في الجانب الروحي، والجانب النفسي، والجانب الاجتماعي، والجانب البيولوجي، فذكرا مؤشرات الصحة النفسية كالأتي:

أ **الجانب الروحي**: الإيمان بالله، وأداء العبادات، القبول بقضاء الله و قدرة، الإحساس الدائم بالقرب من الله، إشباع الحاجات بالحلال، المداومة على ذكر الله.

ب **الجانب النفسي**: الصدق مع النفس، سلامة الصدر من الحقد و الحسد و الكره، قبول الذات، القدرة على تحمل الإحباط والقلق، والتمسك بالمبادئ المشروعة، الاتزان الانفعالي، الإقبال على الحياة، السيطرة و ضبط النفس، البساطة، الاعتماد على النفس.

ج - **الجانب الاجتماعي**: حب الوالدين، حب شريك الحياة، حب الأولاد، مساعدة المحتاجين، الجرأة في قول الحق، الصدق مع الآخرين، تحمل المسؤولية الاجتماعية، والابتعاد عن كل ما يؤذي الناس.

د **الجانب البيولوجي**: سلامة الجسم من الأمراض، سلامته من العيوب الخَلقية، تكوين مفهوم موجب للجسم، العناية الصحية بالجسم، وعدم تكليفه إلا في حدود طاقته ".[1]

ومن علماء النفس من يرى أن مؤشرات الصحة النفسية تتمثل في:

"شعور الفرد بالأمن النفسي، وأن يتقبل ذاته، ويشعر بقيمته، وأن يدرك قدراته، ويتقبل الآخرين ويتقبل الفروق فيما بينهم، والفرق بينة وبينهم، وناجحاً في إنشاء علاقات طيبة مع من حوله، مستمتعاً بعلاقاته الاجتماعية، وواقعياً في نظرته للحياة، يحسن التعامل مع ما يعترضه من مشاكل، متكامل الشخصية،يعتمد على نفسه ويثق بها، ضابط لانفعالاته، لدية قدرة على الثبات والصمود حيال الأزمات والشدائد، ولديه الشجاعة الأدبية، نجاحه في عمله ومتحمس ايجابي، يشعر بالسعادة والطمأنينة وراحة البال، وانسياب حياته النفسية خالية من التوتر والقلق، وقدرته على الإنتاج والاستقلا النسبي، وتحقق الانسجام والتكامل لشخصيته، وتبَني مقاييس من القيم و المثل العليا، وترجمتها إلى واقع عملي في حياته"[2]

ويرى الباحث أن مؤشرات الصحة النفسية للإنسان هي رضاه وسعادته في نفسه عن علاقاته مع خالقه، ومع نفسه، ومع الآخرين من حوله، و الانسجام مع الكون المحيط به.

لذا جعل الباحث علامات الصحة النفسية في أربعه مباحث وهي:

---

1 - الصحة النفسية في ضوء علم النفس و الإسلام : د. محمد عودة محمد،د. كمال مرسي/ص61/دار القلم/ط2/1986م بتصرف

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس : د. نجاتي/ ص272 -274 بتصرف

المبحث الأول: صلة الإنسان بخالقه

وفيه مطلبان:

المطلب الأول : الالتزام العقدي

المطلب الثاني : الالتزام التعبدي

المبحث الأول

صلة الإنسان بخالقه

لقد رسم القرآن في منهجه العلاقة بين الخالق والمخلوق، والتي تقوم على التجرد الكامل لله رب العالمين بالالتزام العقدي والالتزام التعبدي يقول تعالى: ﴿**قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ** ﴾ [الأنعام:162،163]

يقول سيد قطب: " إنه التجرد الكامل لله، بكل خالجه في القلب وبكل حركة في الحياة وبالصلاة والاعتكاف وبالمحيا والممات بالشعائر التعبدية، وبالحياة الواقعية، وبالممات وما وراءه، إنها تسبيحه التوحيد المطلق، والعبودية الكاملة، تجمع الصلاة والاعتكاف والمحيا والممات، وتخلصها لله وحده ﴿ **لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ** ﴾، القوام المهيمن المتصرف المربي الموجه الحاكم للعالمين في إسلام كامل لا يستبقي في النفس ولا في الحياة بقية لا يعبدها لله، ولا يحتجز دونه شيئاً في الضمير ولا في الواقع ﴿**وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ**﴾ فسمعت وأطعت : ﴿**وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ** ﴾ "[1]

ويرى الباحث أن أصل العلاقة بين الإنسان وخالقه تقوم على التوحيد والعبودية لله أي الالتزام العقدي والالتزام التعبدي، لقول النبيﷺ : **(يا معاذ أتدري ما حق الله على العباد؟ قال: الله ورسوله أعلم ، قال: أن يعبد الله ولا يشرك به، قال: أتدري ما حقهم عليه إذا فعلوا ذلك، فقال الله ورسوله أعلم، قال: أن لا يعذبهم)**[2] وقد ذكر سعيد حوى في كتابه تزكيه الأنفس فقرة في التوحيد والعبودية قال فيها: " بعث الله الرسل عليهم الصلاة والسلام جميعاً بالتوحيد والعبودية: ﴿**وَمَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدُونِ**﴾[الأنبياء:25] ﴿**يُنَزِّلُ الْمَلائِكَةَ بِالرُّوحِ مِنْ أَمْرِهِ عَلَى مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ أَنْ أَنْذِرُوا أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاتَّقُونِ**﴾[النحل:2] ، وتوالي إرسال الرسل من أجل هذا الهدف الأرقى يدل على أهميته الكبرى ... إلى أن بعث الله محمداً ﷺ وأنزل عليه كتاب التوحيد المعجز الخالد... وواجب على كل مسلم أن يعمق في قلبه معاني التوحيد والعبودية، إن التوحيد والعبودية هي البداية والنهاية والوسط في حق كل إنسان "[3].

---

1 - في ظلال القرآن : سيد قطب/ ج3 /ص1241،1240

[2] - صحيح مسلم :أبو الحسين مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري/ح52/ص45/ ك الإيمان/ ب من لقي الله بالإيمان وهو غير شاك فيه دخل الجنة: دار الفكر/ ط2004م

3 - تزكيه الأنفس : سعيد حوى /ص263/ دار السلام / ط1988/4م بتصرف

ويقول د.نجاتي عن علاقة الفرد بربه: " أنها الإيمان بالله تعالى وحدة لا شريك له، وبكتبة ورسله وملائكته، وبالآخرة، والحساب، وبالقضاء والقدر، والتقرب إلى الله تعالى بالعبادات والطاعات، والإخلاص في التقوى، وإتباع كل ما أمر الله تعالى به، ووصانا به رسول الله، والابتعاد عن السيئات والمعاصي، وكل ما نهى عنة الله تعالى ورسولهﷺ "[1] .

وقد بين الله تعالى علاقة الإنسان بخالقه فقال تعالى: ﴿**قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ**﴾ [الأنعام:163،162].

أي: "قل يا محمد إن صلاتي التي أعبد بها ربي، وذبحي، وحياتي، ووفاتي، وما أقدمه في هذه الحياة من خيرات وطاعات كله لله خالصاً له، دون ما أشركتم به، لا أعبد غير الله، بإخلاص العبادة لله وحدة، بذلك أمرت وأنا أول من أقر وأذعن، وخضع لله جل و علا"[2] .

وقد أشار سعيد حوى إلى ذلك المعنى في كتابه تزكيه الأنفس فقال : " إن المقام الأرقى للإنسان والذي تنبثق عنه بعد ذلك المقامات الراقية كلها هو مقام العبودية القائم على التوحيد، فمن هذا المقام ينبثق الإخلاص والصدق والشكر والزهد والتوكل والخوف والرجاء والمحبة والتقوى "[3] .

ويؤكد الباحث على كل ما سبق - الجامع للإيمان بالله وأداء العبادات والقربات بإخلاص - ويبينه في مطلبين:

المطلب الأول : الالتزام العقدي.

المطلب الثاني: الالتزام التعبدي.

1 - الحديث النبوي و علم النفس : د..محمد نجاتي/ص302

2 - صفوة التفاسير: محمد علي الصابوني /ص431،432/ ج1/ مكتبة جدة/1399هـ

3 - تزكيه الأنفس :سعيد حوى /ص262

المطلب الأول

الالتزام العقدي

لا يقبل الله أي صلة بخلقة ما لم تقم على الإيمان الخالص بالله رب العالمين فهو الإله المعبود وهو الرب الخالق يقول تعالى: ﴿**قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مَلِكِ النَّاسِ إِلَهِ النَّاسِ**﴾ [الناس:1 -3]

"هذه ثلاث صفات من صفات الرب، عز وجل؛ الربوبية، والمُلك، والألوهية: فهو رب كل شيء ومليكه وإلهه، فجميع الأشياء مخلوقة له، مملوكة عبيد له، فأمر المستعيذ أن يتعوذ بالمتصف بهذه الصفات"[1].

ومن الآيات الشاملة لمعاني الإيمان في الالتزام العقدي والتي تسكب السكينة في النفس قوله تعالى: ﴿**آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ**﴾ [البقرة:285]

يقول سيد قطب: " إنها الوحدة الكبرى طابع العقيدة الإسلامية ترسمه هذه الآية القصيرة : الإيمان بالله وملائكته والإيمان بجميع كتبه ورسله، بلا تفريق بين الرسل والسمع والطاعة، والإنابة إلى الله واليقين بيوم الحساب إنه الإسلام: العقيدة اللائقة بأن تكون ختام العقائد وآخر الرسالات، العقيدة التي تصور موكب الإيمان الواصب من مبتدى الخليقة إلى منتهاها...ثم هي العقيدة التي تعترف بالإنسان إنساناً لا حيواناً ولا حجراً، ولا ملكاً ولا شيطاناً تعترف به كما هو بما فيه من ضعف وما فيه من قوة، وتأخذه وحدة شاملة مؤلفة من جسد ذي نوازع وعقل ذي تقدير وروح ذي أشواق... وتفرض عليه من التكاليف ما يطيق؛ وتراعي التنسيق بين التكليف والطاقة بلا مشقة ولا إعنات؛ وتلبي كل حاجات الجسد والعقل والروح في تناسق يمثل الفطرة "[2].

ويرى الباحث أن الالتزام العقدي هو ما يقوم على توحيد الله الكامل الذي هو أصل الإيمان، والذي يتضمن معنى أركان الإيمان جميعاً ، " فالإيمان بالله تعالى أصل العقيدة ومحورها، وأساس لغيرة من عقائد الدين كالإيمان باليوم الآخر والكتب الإلهية والنبوة ونحوها، وهو أصل للالتزام بما جاء في الدين من العبادات والأخلاق والأحكام"[3].

---

1 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج4 / ص727

2 - في ظلال القرآن / سيد قطب/ ج1 /ص344

3 - الوصايا النبوية / أ.حامد أحمد الطاهر البسيوني / ص39 /دار الفجر/ط1 /2005م

" والإيمان بالله عز وجل معناه الاعتقاد الجازم بأن الله رب كل شيء ومليكه وخالقة، وأنة الذي يستحق وحدة أن يفرد بالعبادة من صلاة وصوم ودعاء ورجاء وخوف وذل وخضوع، وأنة المتصف بصفات الكمال كلها، المنزه عن كل نقص".[1]

ويرى الباحث أن أثر الالتزام العقدي يحرر الإنسان من أي التزام آخر ويسلك به طريق سعادته، فالكثير من الناس يسعى لتحقيق سعادته، إما بالعلم أو المال أو السلطان أو الجاه، ولكن أسعدهم بها صاحب الإيمان، لان الإيمان في القلب، والقلب المؤمن سعادته دائمة على كل حال حتى يلقى ربه، "ومن السعادة سلامه القلب من الأمراض العقدية كالشك والسخط والاعتراض والشبهة والشهوة"[2] .

ويقول صاحب العقيدة الطحاوية موضحاً لأنواع التوحيد الخالص:" توحيد الله يتضمن ثلاثة أنواع:

إحداها توحيد الإلوهية ،وثانيها توحيد الربوبية، وثالثها: توحيد الأسماء و الصفات"[3] .

وقد جمع الله تعالى أنواع التوحيد الثلاثة هذه في قوله تعالى:: ﴿**قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مَلِكِ النَّاسِ إِلَهِ النَّاسِ**﴾[الناس:1-3] .

أولاً: توحيد الإلوهية:

يقول تعالى: ﴿**اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ**﴾ [آل عمران:2] .

" وهذا التوحيد الخالص الناصع هو مفرق الطريق بين عقيدة المسلم وسائر العقائد، سواء منها عقائد الملحدين والمشركين، وعقائد أهل الكتاب المنحرفين : يهوداً أو نصارى . على اختلاف مللهم ونحلهم جميعاً كما أنه هو مفرق الطريق بين حياة المسلم وحياة سائر أهل العقائد في الأرض فالعقيدة هنا تحدد منهج الحياة ونظامها تحديداً كاملاً دقيقاً "[4].

وكثيرة هي الآيات التي تنادي بتوحيد الألوهية في كتاب الله تعالى، فما نزل القرآن إلا من أجل هذا التوحيد، ومنها قوله تعالى: ﴿**وَإِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ**﴾ **[البقرة:163] ، وقوله** ﴿**اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ**

---

1 - بتصرف الإيمان أركانه،حقيقته، نواقضه : د. محمد نعيم ياسين /ص 7،8/ مكتبة السنة /ط1 /1991م

2 - حتى تكون أسعد الناس /عائض بن عبد الله القرني / ص81/ دار ابن حزم/ ط2000/1م

3 -شرح العقيدة الطحاوية / العلامة صدر الدين علي بن علي بن محمدين أبي العز الحنفي/ تحقيق مصطفى بن العدوى/ ص27/ دار ابن رجب/ط2002/1م

4 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1/ص365

وَمَا خَلْفَهُمْ وَلا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلا يَؤُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ﴾ [البقرة:255] وقوله: ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ اللَّهُ الصَّمَدُ، لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُواً أَحَدٌ﴾ [الإخلاص: 1-4] وغيرها من الآيات الدالة على دعوة التوحيد كعلاقة عقديه أصيله بين الإنسان وخالقه سبحانه:

"وتوحيد الإلوهية مبني على إخلاص العبادة لله وحدة، في باطنها وظاهرها، بحيث لا يكون شيء منها لغيرة سبحانه "[1].

ويرى الباحث أن هذا التوحيد القائم على الإخلاص يربي الإنسان على الصفاء والنقاء القلبي والنفسي، والسلامة من الحيرة والشك، والراحة من القلق والاضطراب .

ثانياً: توحيد الربوبية:

يقول تعالى:﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ﴾ [الناس:1] .

"أي مالك أمورهم ومربيهم بإفاضة ما يصلحهم ودفع ما يضرهم "[2]

﴿إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَى عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثاً وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ أَلا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ ﴾ [لأعراف:54] .

يقول الشوكاني: " هذا نوع من بديع صنع الله وجليل قدرته وتفرده بالإيجاد الذي يوجب على العباد توحيده وعبادته"[3] .

ويقول الألوسي : "أن ربكم أي خالقكم ومالككم الذي خلق السموات السبع والأرض بما فيها"[4]

وقال أبو جعفر الطبري: " يقول تعالى ذكره: إن سيدكم ومصلح أموركم، أيها الناس، هو المعبود الذي له العبادة من كل شيء "[5].

"وتوحيد الربوبية هو تفرده سبحانه في خلقهم وملكهم وتدبير شؤونهم، فتوحيد الله في الربوبية بأنة سبحانه هو خالق الخلق، ومالكهم، ومحييهم ومميتهم، ونافعهم وضارهم، ومجيب دعائهم

---

1 - الإيمان :محمد نعيم ياسين/ص12

2 - تفسير أبي السعود أو إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم/ محمد محمد العمادي أبو السعود/ ج5/ص916/ دار الفكر/ بدون طبعه

3 - فتح القدير : للشوكاني / ج2/ ص210

4 - روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني: شهاب الدين السيد محمود الألوسي/ ج4/ ص132/ دار الفكر / بدون طبعه

5 - جامع البيان عن تأويل آي القرآن/ أبو جعفر محمد بن جرير الطبري/ ج5 /ص3536/ دار السلام/ط2/2007م

عند الإضرار، والقادر عليهم، ومعطيهم ومانعهم وله الخلق، وله الأمر كله، كما قال سبحانه عن نفسه: ألا له الخلق والأمر".[1]

والباحث يؤيد كلام محمد نعيم ياسين، فهو كلام جامع لتوحيد الربوبية، فإذا آمن الإنسان بتوحيد الربوبية، بأن الله هو الخالق والرازق والمتصرف في هذا الكون، أيقن أن ما يحدث له في هذا الكون من منحه أو محنه فهي من الخالق سبحانه، فيخبت قلبه وترضى نفسه.

ثالثاً: توحيد الأسماء و الصفات:

قال الله تعالى: ﴿**وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى فَادْعُوهُ بِهَا وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي أَسْمَائِهِ سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُون** ﴾ [الأعراف:180] ويقول **:** ﴿**اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى**﴾ [طـه:8] **.**

يقول ابن كثير: " الذي أنزل القرآن عليك هو الله الذي لا إله إلا هو ذو الأسماء الحسنى والصفات العلى "[2] .

يقول الباحث بأن الإيمان بأسماء الله وصفاته لا تكون إلا بما سمى الله أو وصف نفسه بها، أو سماه أو وصفه بها رسولهﷺ، فلا يحل لإنسان أن يسم الله أو يصفه بما لم يرد في الكتاب أو السنة الصحيحة من غير تحريف أو تكييف أو تعطيل أو تمثيل.

ويقول تعالى: ﴿**هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ، هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ، هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ**﴾ [الحشر: 22،23 24] **.**

" ولكل اسم من هذه الأسماء الحسنى أثر في هذا الكون ملحوظ، واثر في حياة البشر ملموس فهي توحي إلى القلب بفاعلية هذه الأسماء والصفات ... فتتقرر في الضمير وحدانية الاعتقاد، ووحدانية العبادة، ووحدانية الاتجاه، ووحدانية الفاعلية من مبدأ الخلق إلى منتهاه، ويقوم على هذه الوحدانية منهج كامل في التفكير والشعور والسلوك...فيستقر في الضمير الشعور بعلم الله للظاهر والمستور ومن ثم تستيقظ مراقبة هذا الضمير لله في السر والعلانية...ويتكيف سلوكه بهذا الشعور الذي لا يغفل بعده قلب ولا ينام**!** فيستقر في الضمير شعور الطمأنينة لرحمة الله والاسترواح "[3].

1 - الإيمان / محمد نعيم ياسين/ ص8

2 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج3 / ص175

3 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج6 /ص3532

يقول الباحث: وتوحيد الأسماء والصفات يربي الإنسان على ألا يسأل اسمًا أو صفةً سواها، فإليها الملجأ والمآب في الدعاء والسؤال، فيعرف القلب وجهته وتذهب عنه حيرته، باهتدائه إلى الأسماء الحسنى والصفات العلا.

ويرى الباحث أن أثر الالتزام العقدي بأنواع التوحيد الثلاثة يبرز علامات الصحة النفسية للإنسان ذي الصلة بخالقه، فهو يؤمن بأن تصريف هذا الكون، وما يصيب الإنسان من محن ومنح كله بيد الله وحدة وسبق في علمه سبحانه لقولة تعالى ﴿**مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ**﴾ [الحديد:22].

وهذه الصلة بربه تسكب في قلبه السكينة والطمأنينة والرضا، وتجعله مستسلماً لله الذي يقدر له الخير وما ينفعه في دينه ودنياه .

فالالتزام العقدي هو الاستسلام التام لله، والرضا عن قضائه وقدرة، الممزوج بالأمل والرجاء في المثوبة والأجر في الدنيا والآخرة قال تعالى:﴿ **فَآتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ**﴾ [آل عمران: 148].

والالتزام العقدي يعني الإيمان" والإيمان يذهب الهموم، ويزيل الغموم، وهو قرة عين الموحدين، وسلوه العابدين"[1]

يقول الباحث :وهذه الحالة هي من أرقى مستويات الصحة النفسية التي ينشدها الإنسان، فالهموم والغموم هي من أخطر المؤثرات في تدهور الصحة النفسية للإنسان، وهي التي تجلب له القلق والاضطراب، وذهاب الغموم والهموم يرفع من مستوى الصحة النفسية، لأنها تزيل القلق والاضطراب والكآبة .

"والإيمان معناه الاعتقاد بقوة عليا تدبر الكون لا يخفى عليها شيء، ولا تعجز عن شيء، الاعتقاد بقوة غير محصورة، ورحمة غير متناهية، وكرم غير محدود، الاعتقاد بإله قدير رحيم، يجيب المضطر إذا دعاة، و يكشف السوء، يمنح الجزيل، ويغفر الذنوب، و يقبل التوبة عن عبادة، و يعفو عن السيئات، إله هو أرحم بعبادة من الوالدة بولدها، وأبر بخلقة من أنفسهم"[2] .

يقول الباحث : فإذا رسخت هذه المفاهيم في نفس المؤمن سكنت نفسه واطمأنت ورضيت بقضائها وقدرها، ليقينها بربها واستسلامها له، فتبدو عليها علامات الصحة النفسية.

---

1 - حتى تكون أسعد الناس / عائض بن عبد الله القرني /ص 7

2 - الإيمان و الحياة : د. يوسف القرضاوي /ص159/ مكتبة وهبة /ط9/1990

ويقول حامد أحمد الطاهر: " وعقيدة المسلم زاد يدفعه إلى الاستقامة على طريق الحياة السوي، ورقابة تتطلب منة إتقان الصنع فيما قدمت يداه ، وعزاء، وراحة،وعوض لمن جدوا وكدوا، ولم ينالوا فرصة الظفر بالمنى والجاه.

إنها إذاً عقيدة على هداها يقوم المسلم على إصلاح الحياة ، ويستمد من عقيدته برد الراحة والاطمئنان، والاستقرار، لأنها الوحي الصادر عن الله تعالى "[1].

يقول الباحث :أما غير المؤمن فإنه يشعر بالتعاسة والشقاء، فإن أصابته محنة أو بلاء ،ضجر وجزع وسئم، فلا يدري إلى أين يذهب ولا إلى من يلتجئ، فهو يتخبط ويضطرب ، فيزداد غماً بغم ، وهماً بهم، فيصاب بالأمراض النفسية المتعددة والمختلفة، فيتردى مستوى الصحة النفسية عنده، وهذا بخلاف المؤمن بالله، والمتوكل عليه، وما أجمل ما قاله د. القرضاوي: " إن الماديين يقفون عند السنن المعتادة، والأسباب الظاهرة، ولا يطمعون في شيء وراءها، أما المؤمنون فيعلون على ظواهر الأسباب، و ينفذون إلى سر الوجود، إلى الله خالق الأسباب والمسببات، الذي عنده من الأسباب الباطنة ما يخفى على إدراك عبادة، فلماذا لا تتجه قلوبهم إلية حين تدلهم الأزمات، وتستحكم الحلقات، ويضيق على أعناقهم الخناق، إنهم يجدون فيه الملاذ في الشدة، والأنيس في الوحشة، والنصير في القلة، يتجه إليه المريض الذي استعصى مرضه على الأطباء، ويدعوه آملاً الشفاء، ويتجه إلية المكروب يسأله الصبر والرضا، والخلف من كل فائت، والعوض من كل مفقود، ويتجه إليه المظلوم آملاً يوماً قريباً ينتصر فيه على ظالمه، فليس بين دعوة المظلوم وبين الله حجاب، ويتجه إليه المحروم من الأولاد سائلاً أن يرزقه ذرية طيبة، وكل واحد من هؤلاء آمل في أن يجاب إلى ما طلب، ويحقق له ما ارتجى فما ذلك على قدرة الله ببعيد، وما ذلك على الله بعزيز "[2].

يقول الباحث : وهنا تبرز جلياً آثار وعلامات الصحة النفسية على الملتزم عقدياً بأنواع التوحيد الثلاثة ومنها:

1 - **هداية القلب وراحة البال:**

قال تعالى: ﴿**وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ**﴾ [التغابن:11]

---

1 - الوصايا النبوية : أ. حامد أحمد الطاهر /ص5

2 - الإيمان و الحياة / د. القرضاوي/ ص161

" ومن يؤمن بالله يهد قلبه عند إصابتها للثبات والاسترجاع وقيل يهد قلبه حتى يعلم أن مـــا أصابه لم يكن ليخطئه وما أخطأه لم يكن ليصيبه وقيل يهد قلبه أي يلطــف بـــه ويـــشرحه لازدياد الطاعة والخير وقرئ يهدأ قلبه بالهمزة أي يسكن"[1].

وقال علقمه عن عبد الله: "﴿**وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ**﴾ أي يهتدي إلى التسليم فيصبر ويشكر"[2].

وقد قال تعالى: ﴿**فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلإِسْلامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقاً حَرَجاً كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ**﴾ [الأنعام: 125]

أي" من شاء الله هدايته قذف في قلبه نوراً فينفسخ له وينشرح وذاك علامة الهداية للإسلام "[3]

2 - الشعور بالأمن:

قال تعالى: ﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُون** ﴾ [الأنعام:82]

"أي الذين لم يخلطوا إيمانهم بشرك لهم الأمن من العذاب وهم على هداية ورشاد"[4].

وقال القرضاوي : " إن الناس يخافون من أشياء كثيرة، وأمور شتى، ولكن المؤمن سد أبواب الخوف كلها، فلم يعد يخاف إلا الله وحدة، يخافه أن يكون فرط في حقه، أو اعتدى على خلقه، أما الناس فلا يخافهم، لأنهم لا يملكون له ضراً ولا نفعاً ولا موتاً ولا حياة ولا نشوراً ... وقد فسر النبي ﷺ **(الظلم في الآية بالشرك:** ﴿ **إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ**﴾ [لقمان:13])[5] فبين أن الإيمان والتوحيد هما أعظم أسباب الأمن والطمأنينة، وبالتالي يكون الجحود بالله أو الشك فيه، أو الشرك به، أعظم أسباب الخوف والاضطراب والرعب"[6] .

" ويقصد بالأمن والأمان شعور الإنسان بالطمأنينة على نفسه وماله وعرضه وعقله ودينه، فمتعه الأمن والأمان في حفظ هذه الكلمات الخمس يجعل الإنسان سعيداً في الدنيا، ويدفعه إلى الجد والاجتهاد في طلب الرزق، وبدون الأمن والأمان يشقى الإنسان ويضطرب... وقد

---

1 - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج5 /ص730

2 - فتح الباري / ابن حجر العسقلاني/ ج8 / ص802 / دار الحديث/ط1/1998م

3 - صفوة التفاسير / محمد علي الصابوني/ ج1 /ص416

4 - المرجع السابق / ج1 /ص403

5 - انظر فتح الباري / ابن حجر العسقلاني/ ج8/ص364

6 - الإيمان والحياة / د . القرضاوي / ص149

كفل الإسلام الكليات الخمس لجميع الناس كما في حجه الوداع يقول النبي ﷺ **(كل المسلم على المسلم حرام: دمه وعرضه، وماله)**[1] "[2]

3 - **السعادة:**

" السعادة هدف يسعى إليه كل إنسان غني أو فقير، صغير أو كبير، وينشدها في كل مكان وفي كل وقت، وقد عني الإسلام بسعادة الإنسان في الدنيا فأمر بالفضائل، ونهى عن الرذائل، وأحل الطيبات، وحرم الخبائث، فمن التزم بأوامر الإسلام وابتعد عن نواهيه فقد هدي إلى طريق السعادة، أو طريق الأخلاق الفاضلة"[3]

وقد بين القرآن الكريم الفرح الحقيقي والسعادة الدائمة في قوله تعالى : ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ** ﴾ [يونس:57 58].

" فإذا كانت السعادة شجرة منبتها النفس البشرية، والقلب الإنساني، فإن الإيمان بالله وبالدار الآخرة هو ماؤها وغذاؤها، وهواؤها وضياؤها.

لقد فجر الإيمان في قلب الإنسان ينابيع للسعادة، لا يمكن أن تغيض، ولا أن تتحقق السعادة بغيرها، تلك هي ينابيع السكينة، والأمن، والأمل، والرضا، والحب "[4]

4 - **الاطمئنان على الرزق:**

يطمئن المؤمن على رزقه لأن رزقه في السماء لا في أيدي الخلق وإن جعلهم الله سببا للرزق ولكن الرازق والرزاق الحقيقي هو الله قال تعالى: ﴿**وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ**﴾ [الذاريات:22]

يقول سيد قطب: " فرزقه مقدر في السماء، وما وعده الله لا بد أن يكون، بذلك ينطلق قلبه من إسار الأسباب الظاهرة في الأرض؛ بل يرف بأجنحة من هذه الأسباب إلى ملكوت السماوات حين يرى في الأسباب آيات تدله على خالق الأسباب ويعيش موصولاً قلبه بالسماء وقدماه ثابتتان على الأرض . فهكذا يريد الله لهذا الإنسان هكذا يريد الله لذلك المخلوق الذي جبله من طين ونفخ فيه من روحه فإذا هو مفضل على كثير من العالمين .

---

[1] - سنن الترمذي/ الترمذي /ح1927 / ج4/ ص100 / ك البر والصلة/ ب ما جاء في شفقة المسلم على المسلم/

[2] - السعادة وتنمية الصحة النفسية/ د. كمال إبراهيم مرسي/ ص85 / دار النشر للجامعات/ ط2000/1م

[3] - المرجع السابق/ ص55

4 - الإيمان والحياة / د . القرضاوي /ص85

والإيمان هو الوسيلة لتحقيق ذلك الوضع الذي يكون فيه الإنسان في أفضل حالاته، لأنه يكون حينئذ في الحالة التي أنشأه الله لها، فطرة الله التي فطر الناس عليها قبل أن يتناولها الفساد والانحراف"[1].

ويقول تعالى: ﴿**مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَنْ يُطْعِمُونِ إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ**﴾ [الذاريات:57 58] .

"لما كان الاشتغال بالرزق وما يخبئه القدر عنه هو أكثف تلك العوائق وأشدها، فقد عني في هذه السورة بإطلاق الحس من أسارة، وتطمين النفس من جهته، وتعليق القلب بالسماء في شأنه،لا بالأرض وأسبابها القريبة"[2]

يقول د. القرضاوي: " هو آمن على رزقه أن يفوت فإن الأرزاق في ضمان الله الذي لا يُخلف وعدة، ولا يُضيع عبده، وقد خلق الأرض مهاداً وفراشاً وبساطاً، وبارك فيها أقواتها، وجعل فيها معايش، ووعد عبادة فيها بكفالة الأرزاق وعداً كرره و أكده وأقسم عليه، وعد كريم لا يبخل ،قدير لا يعجز، حكيم لا يعبث قال تعالى :

﴿**قَالَ هَذَا رَحْمَةٌ مِنْ رَبِّي فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ رَبِّي جَعَلَهُ دَكَّاءَ وَكَانَ وَعْدُ رَبِّي حَقًّا**﴾ [الكهف:98] ، وقال: ﴿**وَعْدَ اللَّهِ لا يُخْلِفُ اللَّهُ وَعْدَهُ**﴾ [الروم:6] **وقال:**﴿**إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ**﴾[الذاريات:58] وقال: ﴿**وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُون**﴾[الذاريات:22]، وقال ﴿**وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا**﴾ [هود:6] وقال: ﴿**وَكَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ**﴾[العنكبوت:60].

بهذه الضمانات يعيش المؤمن حياته آمناً على رزقه، مطمئناً إلى الله لن يهلكه جوعاً ، وهو الذي يطعم الطير في الوكنات، والسباع في الفلوات، والأسماك في البحار، والديدان في الصخور "[3].

وهو يؤمن أن بالإيمان والتقوى يستجلب الرزق والخير والبركات من الله تعالى، فيأمن على رزقه لقوله: ﴿**وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ**﴾[الأعراف:96].

5 الاطمئنان على الأجل :

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج6 / ص3381

2 - الأساس في التفسير/ سعيد حوى/ /ج10 / ص55،56 / دار السلام/ط 6 /2003م

3 - الإيمان والحياة / د . القرضاوي / ص151

فالمؤمن يعلم أن الموت والحياة بيد الله وحدة لا بيد أحد غيرة فهو المحيي والمميت، وهو الذي قدر الآجال والأعمار لكل المخلوقات، فقد جعل الله لكل منها بما فيهم الإنسان قدر معلوم فقال: ﴿ **لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٌ**﴾ [الرعد:38]، وقال:﴿**وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِتَاباً مُؤَجَّلاً**﴾ [آل عمران:145]

"والمعنى ما كان الموت حاصلا لنفس من النفوس مطلقا بسبب من الأسباب إلا بمشيئة الله تعالى وتيسيره"[1].

ويقول تعالى: ﴿**اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً** ﴾ [الزمر: 42]

قال الطبري: " يقول تعالى ذكره: ومن الدلالة على أن الألوهية لله الواحد القهار خالصة دون كلّ ما سواه، أنه يميت ويحيي، ويفعل ما يشاء، ولا يقدر على ذلك شيء سواه، فجعل ذلك خبرا نبههم به على عظيم قُدرته، فقال:﴿ **اللَّهُ يَتَوَفَّى الأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا** ﴾ فيقبضها عند فناء أجلها، وانقضاء مدة حياتها، ويتوفى أيضا التي لم تمت في منامها، كما التي ماتت عند مماتها﴿ **فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ**﴾"[2].

" فالمؤمن آمن على أجله، فإن الله قدر له ميقاتاً مسمى، أياماً معدودةً وأنفاساً محدودةً، لا تملك قوة أن تنقص من هذا الميقات أو تزيد فيه شيئاً قال تعالى: ﴿ **فَإِذَا جَاءَ أَجَلُهُمْ لا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلا يَسْتَقْدِمُون** ﴾ **[**النحل:61**] وقال:** ﴿ **وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْساً إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا**﴾ [المنافقون:11] وقال: ﴿**إِنَّ أَجَلَ اللَّهِ إِذَا جَاءَ لا يُؤَخَّرُ**﴾[نوح:4]، وقال:﴿**وَمَا يُعَمَّرُ مِنْ مُعَمَّرٍ وَلا يُنْقَصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ** ﴾[فاطر: 11]

أيقن المؤمن أن الله قد فرغ من الآجال و الأعمار، وكتب على كل نفس متى تموت وأين تموت "[3].

يقول الباحث : إذاً فلن تموت نفس حتى تستوفي أجلها وعمرها الذي قدرة الله لها، وبذلك يأمن الإنسان على أجله، وهذا يترك أثراً في اطمئنان النفس على أجلها فتكف عن القلق والاضطراب.

---

1 - روح المعاني/ الألوسي / ج4 /ص75

2 - جامع البيان / الطبري / ج9 / ص7078

3 - الإيمان والحياة / د. القرضاوي / ص152

المطلب الثاني

الالتزام التعبدي

لقد فطر الله الخلق جميعاً على العبادة والطاعة، وكلف الإنسان بإفراد الله بالعبادة، والعبادة هي: التزام الأوامر والابتعاد عن النواهي التي أمر الله بها، وهي الوسيلة التي يتقرب بها العبد إلى ربه ليصل إلى هدفه السامي وهو رضى الله ثم دخول الجنة

يقول تعالى: ﴿**وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْأِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ**﴾[الذاريات:56]

قال سعيد حوى: **"** ما بعثت جميع الرسل إلا لغاية سامية**"**[1] أي عبادة الله وتوحيده، ودعوة أقوامهم إلى عبادته، والتزام أوامره بالطاعة

يقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**﴾ [الحج:77]

" فعبادة الله تشمل الفرائض كلها وتزيد عليها كذلك كل عمل وكل حركة وكل خالجه يتوجه بها الفرد إلى الله فكل نشاط الإنسان في الحياة يمكن أن يتحول إلى عبادة متى توجه القلب به إلى الله، حتى لذائذه التي ينالها من طيبات الحياة بلفته صغيرة تصبح عبادات تكتب له بها حسنات، وما عليه إلا أن يذكر الله الذي أنعم بها، وينوي بها أن يتقوى على طاعته وعبادته فإذا هي عبادات وحسنات ولم يتحول في طبيعتها شيء ولكن تحول القصد منها والاتجاه**!** ويختم بفعل الخير عامة، في التعامل مع الناس بعد التعامل مع الله بالصلاة والعبادة **.**"[2]

ويقول د.نجاتي: " إن القيام بالعبادات المختلفة من صلاة وصوم وزكاة وحج إنما يعمل على تربيه شخصيه الإنسان، وتزكيه نفسه، وتعليمه كثيراً من الخصال الحميدة المفيدة التي تعينه على تحمل أعباء الحياة، فالقيام بهذه العبادات المختلفة يعلم الإنسان الصبر على تحمل المشآق، ومجاهدة النفس والتحكم في أهوائها، وقوة الإرادة وصلابة العزيمة، وحب الناس والإحسان إليهم، وتنمي فيه روح المشاركة الاجتماعية والتعاون والتكافل الاجتماعي"[3] .

ويرى الباحث بأن تحقيق الالتزام التعبدي يكون بأداء الفرائض جميعها والاستزادة بالنوافل المتعددة والمتنوعة التي تُكسب العبد محبه الله جل وعلا وفي الحديث: **(وما تقرب**

---

[1] - الأساس في التفسير: سعيد حوى /ج10 / ص5505

2 في ظلال القرآن : سيد قطب / ج4 / ص2445

3 - الحديث النبوي وعلم النفس : د.نجاتي /ص282

إلى عبدي بشيء أحب إلى مما افترضته عليه، وما يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه)[1]

فالتزام العبد بعبادته لخالقه تشعره بالأمن والطمأنينة والسعادة عند أدائها، والراحة النفسية بعد الانتهاء منها، فإذا صلى بطمأنينة و خشوع، وجد أثرها لذة ومتعة وراحة نفسية.

وقد قال ابن القيم عن رسول الله ﷺ : "وكان قد جعل الله قرة عينه ونعيمه وسروره وروحه في الصلاة وكان يقول:(**يا بلال أرحنا بالصلاة)** [2]

وكان يقول: **(وجعلت قرة عيني في الصلاة)** [3] " [4] .

وإذا أفطر من صيامه استشعر الفرح والسرور كما في حديث رسول الله ﷺ: **(للصائم فرحتان يفرحهما إذا أفطر فرح بفطرة وإذا لقي ربة فرح بصومه)** [5].

وإذا أقبل على ذكر الله من تسبيح وتحميد وتهليل وتلاوة القرآن اطمئن قلبه وهدأ قال تعالى: ﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28] .

والعبادة لابد أن تكون مشروعه وفق ما جاء به رسول اللهﷺ ، والعبادة المشروعة لابد لها من **أمرين:**

الأول: هو الالتزام بما شرعه الله ودعا إليه رسله، أمراً ونهياً، وتحليلاً وتحريماً، وهذا الذي يمثل عنصر الطاعة و الخضوع لله .

الثاني: أن يصدر هذا الالتزام من قلب يحب الله تعالى."[6].

فالالتزام التعبدي لا يقبل إلا إذا كان خالصا لله ووفق ما شرع الله و بينة رسولهﷺ.

والالتزام التعبدي هو الغاية من وجود الإنسان، قال تعالى:﴿**وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْأِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ**﴾ [الذاريات:56] " أي: إنما خلقتهم لآمرهم بعبادتي، لا لاحتياجي إليهم" [7].

---

[1] - صحيح البخاري : البخاري / ح6502/ ج 4 / ص223 / ك الرقاق / ب التواضع

2 - سنن أبي داود / أبو داود السجستاني/ ج4/ ص296،297/ ح4985،4986/ك الأدب / ب في صلاة العتمه .

3 - سنن النسائي/ أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب الخرساني النسائي/ ح3946/ ص644/ ك عشرة النساء / ب حب النساء / دار الكتب العلميه/ ط2002/1م

4 - زاد المعاد/ ابن قيم الجوزيه / تحقيق حمدي بن محمد نورالدين آل نوفل/ج1 /ص100/مكتبه الصفا /ط1

5 - صحيح مسلم/ الإمام مسلم/ ح2595/ص526/ك الصيام / ب فضل الصيام

6 - العبادة في الإسلام / د. يوسف القرضاوي /ص32،33/ مكتبه وهبه /ط1985/15م

7 - تفسير القرآن العظيم/ ابن كثير / ج4 / ص286

يقول الباحث: عبادة الخالق هي رسالة الإنسان في هذه الحياة الدنيا، وهي المهمة الأساسية التي أُنيطت به، والتي من أجلها أرسل الله الرسل والأنبياء وأنزل معهم الكتب إلى أقوامهم ليأمروهم بها ويدعونهم إليها، حيث قال تعالى: ﴿**وَمَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ مِنْ رَسُولٍ إِلَّا نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدُونِ**﴾ [الأنبياء: 25] .

وما من نبي إلا أمر قومه بعبادة الله، كما قال تعالى عن نوح ﷺ : ﴿**لَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ**﴾[الأعراف:59] وقال: ﴿ **وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ أَفَلا تَتَّقُون** ﴾ [المؤمنون:23].

وقال عن هود ﷺ: ﴿**وَإِلَى عَادٍ أَخَاهُمْ هُوداً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ أَفَلا تَتَّقُون** ﴾ [الأعراف:65]، وقال: ﴿**وَإِلَى عَادٍ أَخَاهُمْ هُوداً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ إِنْ أَنْتُمْ إِلَّا مُفْتَرُون** ﴾ [هود:50].

وقال عن صالح ﷺ :﴿**وَإِلَى ثَمُودَ أَخَاهُمْ صَالِحاً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ**﴾ [الأعراف: 73]، وقال:﴿**وَإِلَى ثَمُودَ أَخَاهُمْ صَالِحاً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ**﴾[هود: 61].

وقال عن شعيب ﷺ : ﴿**وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ**﴾ [الأعراف: 85] وقال: ﴿**وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ**﴾ [هود: الآية84] وقال: ﴿**وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّه** ﴾ [العنكبوت:36].

يقول الباحث: إن الإنسان في أمس الحاجة للالتزام التعبدي لما يترتب عليه من منافع دنيوية وأخروية، ولأنه مؤشر وعلامة على سعادة الإنسان وبروز آثاره على الصحة النفسية.

أولاً: حاجه الإنسان للالتزام التعبدي:

1 - الالتزام التعبدي سبيل لحرية الإنسان:

يقول تعالى:﴿ **ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً رَجُلاً فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلاً سَلَماً لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلاً** ﴾ [الزمر:29]

قال ابن كثير: ﴿**وَرَجُلاً سَلَماً لِرَجُلٍ**﴾ أي: خالصا لرجل، لا يملكه أحد غيره ... فلا يستوي المشرك الذي يعبد آلهة مع الله، والمؤمن المخلص الذي لا يعبد إلا الله وحده لا شريك له"[1].

---

1 - تفسير القرآن العظيم :ابن كثير / ج4 / ص63

"والعبودية لله تعني التحرر من التبعية لكل من سواه وما سواه، فلا خضوع لمخلوق في الأرض أو في السماء، وتعني الانقياد لحكمة سبحانه مع رضا النفس، وتسليم القلب، دون أدنى حرج أو ارتياب، لثقته بأن تدبير الله له خير من تدبيره لنفسه، وأنة تعالى أرحم بة من أمة و أبية، وأنة سبحانه أعلم بما يصلحه ويزكيه.

والمؤمن الصادق هو الذي عرف لهذه العبودية حقها، فوجه وجهة للذي فطر السماوات والأرض حنيفاً وحطم الأصنام كلها في قلبه ورفض الطواغيت كلها من حياته، ولم يرض غير الله رباً ولم يتخذ غيرة ولياً ولم يتبع غيرة حكماً قل إنني هداني ربي إلى صراط مستقيم ديناً قيما ملة إبراهيم حنيفاً "[1] .

ويرى الباحث أن إخلاص العبودية لله هي سبيل حرية الإنسان المؤمن من كل قيود الأرض، وتفرغ قلبه لعبادة خالقة الحقيقي، فلا يتجه ولا يطلب العون من غيرة، وطبيعة الإنسان تميل إلى العبودية، فإن لم تكن لله كانت لغيره، وهنا يكمن الشقاء والتيه والضياع والتشتت إن أخلص العبودية لغير الله، ولا سبيل لاستعادة سيادته الحقيقية على نفسه إلا بتعلقها بربها سبحانه، الذي يقدر لها الخير، ويأمرها بما يصلحها ويصلح حياتها﴿ **فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا** ﴾ [الروم: 30]

2 - شموليه الالتزام التعبدي لدين الإسلام:

قال تعالى: ﴿ **مَا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ**﴾ [الأنعام: 38].

"أي من شيء يحتاجون إليه فهو مشتمل على ما تعبدنا به عبارة وإشارة ودلالة واقتضاء "[2]

ويقــول: ﴿**وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَاناً لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدىً وَرَحْمَةً وَبُشْرَى لِلْمُــسْلِمِين** ﴾ **[النحل:89] "أي بيانا بليغاً** ﴿ **لِّكُلِّ شَيْءٍ** ﴾ من أمور الدين "[3].

وقال تعالى:﴿**إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ** ﴾ [الإسراء: 9]

" يمدح تعالى كتابه العزيز الذي أنزله على رسوله محمد صلى الله عليه وسلم وهو القــرآن، بأنه يهدي لأقوم الطرق، وأوضح السبل"[4].

"وقد سئل ابن تيميه ما العبادة ؟ وما فروعها؟ وهل مجموع الدين داخل فيها أم لا؟

1 - الإيمان والحياة : د. يوسف القرضاوي/ ص111

2 - تفسير النسفي/ عبد الله بن أحمد بن محمود النسفي/ج2/ص11/دار إحياء الكتب العربية

3 - المرجع السابق /ج2 / ص297

4 - تفسير القرآن العظيم : ابن كثير/ ج3 / ص33

فأجاب قائلاً: العبادة هي اسم جامع لكل ما يحبه الله ويرضاه من الأقوال والأعمال البطانة والظاهرة، فالصلاة والزكاة والصيام والحج وصدق الحديث وأداء الأمانة وبرّ الوالدين وصلة الأرحام والوفاء بالعهود والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر والجهاد للكفار والمنافقين والإحسان للجار واليتيم والمسكين وابن السبيل والمملوك من الآدميين والبهائم والدعاء والذكر والقراءة وأمثال ذلك من العبادة .

وكذلك حب الله ورسوله وخشية الله والإنابة إليه وإخلاص الدين له والصبر لحكمه والشكر لنعمه والرضا بقضائه والتوكل عليه والرجاء لرحمته والخوف من عذابه وأمثال ذلك هي من العبادة لله .

وذلك أن العبادة لله هي الغاية المحبوبة له والمرضية له التي خَلَق الخلق لها كما قال الله تعالى :﴿**وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْأِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ**﴾[الذاريات:56] ." [1]

وقد عقب د. القرضاوي على كلام ابن تيميه قائلاً: "وهكذا نجد أن العبادة كما شرحها ابن تيميه أفقاً رحباً ودائرة واسعة، فهي تشمل الفرائض والأركان الشعائرية من الصلاة و الصيام والزكاة والحج، وهي تشمل ما زاد على الفرائض من ألوان التعبد التطوعي من ذكر وتلاوة ودعاء واستغفار، وتسبيح وتهليل وتكبير وتحميد، وهي تشمل حسن المعاملة والوفاء بحقوق العباد، كَبِر الوالدين، وصله الأرحام والإحسان لليتيم والمسكين وابن السبيل، والرحمة بالضعفاء، والرفق بالحيوان.

وهي تشمل الأخلاق والفضائل الإنسانية كلها، من صدق الحديث، وأداء الأمانة، والوفاء بالعهد، وغير ذلك من مكارم الأخلاق، كما تشمل ما نسميه بالأخلاق الربانية من حب الله ورسوله وخشيه الله، والإنابة إليه وإخلاص الدين له، والصبر لحُكمه، و الشكر لنعمه، والرضا بقضائه، والتوكل عليه، والرجاء لرحمته والخوف من عذابه"[2]

ويرى الباحث أن العبادة كلمة جامعة لكل معاني الخير والأوامر التي أمر الله بها وسَنَها رسولهﷺ ، وحث الخلق ليتجهوا بها إلى الله تعالى.

ومن رحمة الله بالناس تنوع العبادة بأشكال مختلفة فمنها: عبادة قوليه كالشهادتين والذكر وقراءة القرآن والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، ومنها العبادة الفعلية كالصلاة وأعمال الحج، ومنها العبادة المالية كالزكاة والإنفاق في سبيل الله، ومنها كف النفس عن الشهوات

---

1 - العبوديه / تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن تيميه الحراني/ تحقيق محمد زهير الشاويش/ص38/ المكتب الإسلامي /ط7 /2005م

2 - العبادة في الإسلام / د. يوسف القرضاوي/ص50

كالصيام، ومنها بذل الروح بالجهاد في سبيل الله، ومنها المعاملة الحسنة للنـــاس والأخـــلاق الكريمة التي يتمثل بها العابد.

3 - الالتزام التعبدي دليل صدق الإيمان:

يقول تعالى: ﴿**إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُـــهُ زَادَتْهُمْ إِيمَاناً وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ أُولَئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقّاً لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ**﴾ [الأنفال:2 -4]

" والمراد بزيادة الإيمان هو زيادة انشراح الصدر وطمأنينة القلب وانثلاج الخاطر عند تلاوة الآيات وقيل: المراد بزيادة الإيمان زيادة العمل لأن الإيمان شيء واحد لا يزيد ولا ينقص"[1]

وقال تعالى: ﴿**إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُـــمَّ لَـــمْ يَرْتَـــابُوا وَجَاهَـــدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ** ﴾ [الحجرات:15].

يقول الشوكاني:" يعني إيمانًا صحيحًا خالصًا عن مواطأه القلب واللسان و لم يدخل قلـــوبهم شيء من الريب ولا خالطهم شك من الشكوك في طاعته وابتغاء مرضاته ويـــدخل فـــي الجهاد الأعمال الصالحة التي أمر الله بها فإنها من جملة ما يجاهد المرء نفسه حتى يقوم به ويؤيده كما أمر الله سبحانه أولئك الجامعين بين الأمور المذكورة ... هـــم الـــصادقون أي الصادقون في الاتصاف بصفة الإيمان والدخول في عداد أهله لا من عداهم ممـــن أظهـــر الإسلام بلسانه وادعى أنه مؤمن ولم يطمئن بالإيمان قلبه ولا وصل إليه معناه ولا عمـــل بأعمال أهله"[2].

وقال حامد الطاهر: " وتبقى العبادة دلالة على صدق الإيمان وتمامـــه وتكاملـــه، لان الإيمان يزيد وينقص كما هي عقيدة أهل السنة والجماعة، فيزيد بالطاعة وينقص بالمعصية، والعبادة هي أولى الطاعات بعد التوحيد... فالعبادات عنوان الإيمان ودليله، وهي مظهر من مظاهر ذكر الله تعالى ، وشكره على نعمه التي أسبغها على عباده ظاهرة وباطنه، وهـــي رباط المودة والمحبة تربط المسلم بالمسلم فتؤلف بين القلوب حتى تـــصير الفـــرد مرتبطـــاً بإخوانه كأنهم جسد واحد في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم... هذه العبادات المتصلة بالعقيـــدة تسمو بوجدان الإنسان فتهذب سلوكه، وتحصن المجتمع من غوائل الهوى، ودوافع الـــشهوة، والأمة التي يحافظ أفرادها على هذه العبادات أمة تسمو وتسعد، وترقى وتنهض، وتتبوأ مكان

---

1 - فتح القدير / الشوكاني / ج2 / ص285

2 - المرجع السابق / ج5 / ص68

السيادة لأنها تراقب ربها، وتخلص في عملها ، وتعد العدة لكل موقف من حياتها مستلهمة هدي نبيها "[1]

يؤكد الباحث على ما سبق من معاني، فإن العبادات باختلاف أنواعها، القلبية والجسدية والعقلية، هي الترجمة الحقيقية لصدق الإيمان والتوجه إلى الله، وإلا لادعى الكثير من الناس الأفضلية والخيرية على غيرهم، فالعبادات بإخلاص هي المقياس الحقيقي، والمؤشر الدقيق على صدق الإيمان من عدمه.

4 - الالتزام التعبدي يهذب النفس و يرتقي بالأخلاق:

"صلاح النفس وتهذيبها ثمرة للعبادة وليس عله لها، فإظهار العبودية لله رب العالمين، وامتثال أمرة سبحانه فيما تعبده به خلقه هو عله العبادات كلها، من صلاة وصيام وزكاة وحج وتلاوة وذكر ودعاء واستغفار وإتباع للشريعة والتزام بأحكام الحلال والحرام، أما صلاح النفس فهو ثمرة لازمه للعبادة الحق".[2]

قال تعالى:﴿**إِنَّ الْأِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً إِلَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَعْلُومٌ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ الَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ وَالَّذِينَ هُمْ بِشَهَادَاتِهِمْ قَائِمُونَ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلاتِهِمْ يُحَافِظُونَ**﴾[المعارج:19 -34]

قال سيد قطب: "استطرد السياق فصور هنا صفات النفوس المؤمنة وسماتها الظاهرة والمضمرة ...ومن ثم يبدو الإيمان بالله مسألة ضخمة في حياة الإنسان لا كلمة تقال باللسان، ولا شعائر تعبدية تقام إنه حالة نفس ومنهج حياة، وتصور كامل للقيم والأحداث والأحوال، وحين يصبح القلب خاوياً من هذا المقوم فإنه يتأرجح ويهتز وتتناوبه الرياح كالريشة! ويبيت في قلق وخوف دائم، سواء أصابه الشر فجزع، أم أصابه الخير فمنع فأما حين يعمره الإيمان فهو منه في طمأنينة وعافية، لأنه متصل بمعبوده، مطمئن إلى قدره شاعر برحمته مقدر لابتلائه، متطلع دائمًا إلى فرجه من الضيق ويسره من العسر متجه إليه بالخير، عالم أنه ينفق مما رزقه، وأنه مجزي على ما أنفق في سبيله، وسيخلفه عنه في

---

1 - الوصايا النبوية/ حامد الطاهر / ص96،95

2 - مبادئ الإسلام/ أ. علي لبن/ص154/ ك1 /دار التوزيع والنشر الإسلامية/ ط2003/1م

الدنيا والآخرة فالإيمان كسب في الدنيا يتحقق قبل جزاء الآخرة، يتحقق بالراحة والطمأنينة والثبات والاستقرار طوال رحلة الحياة الدنيا"[1]

وقال البيضاوي: " إن الإنسان خلق هلوعا أي شديد الحرص قليل الصبر إذا مسه الشر أي الضر جزوعًا أي يكثر الجزع وإذا مسه الخير أي السعة منوعا أي يبالغ بالإمساك والأوصاف الثلاثة أحوال مقدرة أو محققة لأنها طبائع جبل الإنسان عليها إلا المصلين استثناء للموصوفين بالصفات المذكورة بعد من المطبوعين على الأحوال المذكورة قبل لمضادة تلك الصفات لها من حيث إنها داله على الاستغراق في طاعة الحق والإشفاق على الخلق والإيمان بالجزاء والخوف من العقوبة وكسر الشهوة وإيثار الآجل على العاجل وتلك ناشئة من الانهماك في حب العاجل وقصور النظر عليها"[2] .

يرى الباحث في هذه الآيات تصويراً جميلاً للمؤمن العابد القانت الطائع لربه وهو يحافظ على صلاته في أوقاتها ويداوم عليها ، ويسدي الخير ويمد يد العون للمعوزين والمحتاجين بإعطائهم حقهم من مال الزكاة، والصدقة العامة سوى الزكاة، لينقي نفسه من مرض الشح والبخل، ويؤمن بيوم الحساب ولقاء الله، ويخشى الله ويتقه، ويرجو رحمته ومغفرته في هذا اليوم العظيم، ويعف نفسه عن محارم الله فيحفظ فرجه إلا على ما أحله الله له، ويؤدي الأمانات إلى أهلها، ولا ينقص منها شيئاً، ويفي بعهده إذا عاهد، ويشهد الحق ولا يشهد الزور والظلم، فيكون قد هذب نفسه من الهلع و الجزع والمنع، وارتقى بأخلاقه وكمال نفسه وسما بها كثمرة من ثمار الالتزام التعبدي.

ثانياً: مؤشرات الصحة النفسية في الالتزام التعبدي

ويرى الباحث أن من مؤشرات الصحة النفسية في الالتزام التعبدي:

1 - **طمأنينة القلب:**

قال تعالى: **﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد:28]**

قال سيد قطب:" الآية ترسم صورة شفافة للقلوب المؤمنة في جو من الطمأنينة والأنس والبشاشة والسلام: تطمئن بإحساسها بالصلة بالله، والأنس بجواره، والأمن في جانبه وفي حماه، تطمئن من قلق الوحدة، وحيرة الطريق بإدراك الحكمة في الخلق والمبدأ والمصير

---

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج6 / ص3693 بتصرف

2 - تفسير البيضاوي المسمى أنوار التنزيل وأسرار التأويل/ البيضاوي /ج4/ ص527 / دار الكتب العلمية/ط2003/1م

وتطمئن بالشعور بالحماية من كل اعتداء ومن كل ضر ومن كل شر إلا بما يشاء، مع الرضي بالابتلاء والصبر على البلاء وتطمئن برحمته في الهداية والرزق والستر في الدنيا والآخرة، ذلك الاطمئنان بذكر الله في قلوب المؤمنين حقيقة عميقة يعرفها الذين خالطت بشاشة الإيمان قلوبهم فاتصلت بالله يعرفونها ولا يملكون بالكلمات أن ينقلوها إلى الآخرين الذين لم يعرفوها، لأنها لا تنقل بالكلمات، إنما تسري في القلب فيستروحها ويهش لها ويندى بها ويستريح إليه ويستشعر الطمأنينة والسلام، ويحس أنه في هذا الوجود ليس مفرداً بلا أنيس فكل ما حوله صديق، إذ كل ما حوله من صنع الله الذي هو في حماه"[1] .

" فاطمئنان القلب ووجله لازمان من لوازم الإيمان وكمال المعرفة بالله وعظمته، وهما متحققان عند كل مؤمن إذا ذكر الله"[2].

وقال تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ**﴾ [التغابن:11]

"يطمئن قلبه لما يصيبه من الضراء ومن السراء يصبر للأولى ويشكر للثانية وقد يتسامى إلى آفاق فوق هذا، فيشكر في السراء وفي الضراء؛ إذ يرى في الضراء كما في السراء فضل الله ورحمته بالتنبيه أو بالتكفير أو بترجيح ميزان الحسنات، أو بالخير على كل حال"[3]

" إن في فطرة الإنسان فراغاً لا يملؤه علم ولا ثقافة ولا فلسفه، إنما يملؤه الإيمان بالله جل وعلا، وستظل الفطرة الإنسانية تحس بالتوتر والجوع والظمأ، حتى تجد الله، وتؤمن به، وتتجه إليه، هناك تستريح من تعب، وترتوي من ظمأ، وتأمن من خوف، هناك تحس بالهداية بعد الحيرة، والاستقرار بعد التخبط، والاطمئنان بعد القلق، ووجدان المنزل والأهل بعد طول الغربة، والضرب في أرض التيه"[4].

ويرى الباحث أن هذا هو مؤشر الصحة النفسية، الذي فيه السعادة وطمأنينة القلب وراحة البال التي يرجوها الإنسان بمعية الله سبحانه، والأنس به.

2 - غذاء الروح :

حقيقة خلق الإنسان أنه يتكون من جسد وروح قال تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَراً مِنْ صَلْصَالٍ مِنْ حَمَأٍ مَسْنُونٍ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ** ﴾[الحجر:28 29] والجسد له غذاؤه،كما أن للروح غذاءها.

---

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج4 /ص2060

2 - النفس المطمئنة/ د. سيد عبد الحميد مرسي/ ص26/ مكتبة وهبه /ط1983/1م

3 - في ظلال القرآن / سيد قطب/ ج6 / ص3588

4 - الإيمان والحياة / د. القرضاوي/ ص89

" فالإنسان ليس هو هذا الغلاف المادي الذي نحسه ونراه، والذي يطلب حظه من طعام الأرض وشرابها، ولكن حقيقة الإنسان في ذلك الجوهر النفيس الذي صار به إنساناً مكرماً سيداً على ما فوق الأرض من كائنات، ذلك الجوهر هو الروح... الذي يجد زكاته في مناجاة الله ﷻ، وعبادة الله هي التي توفر لهذا الروح غذاءه ونماءه، وتمده بمدد يومي لا ينفد ولا يغيض، وإن القلب الإنساني دائم الشعور بالحاجة إلى الخالق، وهو شعور أصيل صادق لا يملأ فراغه إلا حسن الصلة بالله ، وهذا ما تقوم به العبادة إذا أديت على وجهها."[1] .

يقول الباحث: وحيث أن الإنسان جسد وروح، فإن الجسد له غذاء والروح لها غذاء، فأما الجسد فهو بحاجه لغذائه من الطعام والشراب والكساء، حيث أن الجسد مخلوق من الطين، فهو يحتاج إلى غذاء من الطين، والروح بحاجه إلى غذاء خاص يربطها بأصلها وهي النفخة الربانية، غذاء من نوع آخر، هو الغذاء الروحي الذي يتمثل بالعبادة والطاعة بالفرائض، والاستزادة من هذا الغذاء بالنوافل، كما قال علي لبن: " وكما أن البدن في حاجه للطعام والشراب لكي يحيا وينمو، فالروح في حاجه إلى الغذاء لكي تحيى وتزكو وتسمو، وحياتها وزكاتها وسموها في مناجاة الله ﷻوالتقرب إليه".[2]

ويقول الباحث: فإن اهتم الإنسان بجانب من الجسد أو الروح دون الآخر حدث الخلل و النقص في مستوى الصحة النفسية، وهنا يتطلب التوازن بين غذاء الجسد وغذاء الروح، وهذا ما ركز علية الدين الإسلامي في القرآن والسنة، فهو ليس كاليهود يهتم بالجسد والماديات على حساب الروح، ولا كالنصارى الذين يهتمون بالروح على حساب الجسد، مما أفسد عليهم حياتهم وآخرتهم، فضلوا وأضلوا.

3 الحياة الطيبة:

يقول تعالى: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُون** ﴾ [النحل:97] **.**

"وفي الحياة الطيبة أقوال: أنها الرزق الحلال وقيل القناعة وقيل توفيقه إلى الطاعات فإنها تؤديه إلى رضوان الله،وقيل من عمل صالحا وهو مؤمن في فاقة وميسرة فحياته طيبة ومن أعرض عن ذكر الله ولم يؤمن بربه ولا عمل صالحا فمعيشته ضنك لا خير فيها وقيل هي السعادة، وقيل هي حلاوة الطاعة وقيل : الرضا بالقضاء"[3] .

---

1 - العبادة في الإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص96،97 وبتصرف

2 - من مبادئ الإسلام /أ.علي لبن/ ص152/ك1.

3 - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج5 / ص521 وبتصرف

قال ابن تيميه: "كلما ازداد القلب حبا لله ازداد له عبودية، وكلما ازداد له عبودية ازداد له حبا وفضله عما سواه، والقلب فقير بالذات إلى الله من وجهين : من جهة العبادة وهي العلة الغائية ومن جهة الاستعانة والتوكل وهي العلة الفاعلة فالقلب لا يصلح ولا يفلح ولا ينعم ولا يسر ولا يلتذ ولا يطيب ولا يسكن ولا يطمئن إلا بعبادة ربه، وحبه والإنابة إليه ولو حصل له كل ما يلتذ به من المخلوقات لم يطمئن ولم يسكن إذ فيه فقر ذاتي إلى ربه من حيث هو معبوده ومحبوبه ومطلوبه، وبذلك يحصل له الفرح والسرور واللذة والنعمة والسكون والطمأنينة ."[1]

وعقب د. القرضاوي على هذا القول قائلاً: "وهكذا كلما أخلص المرء العبودية لله وجد نفسه، واهتدى إلى سر وجوده، ووجد مع ذلك سعادة روحيه لا تدانيها سعادة.. تتمثل فيما أسماه الرسول "حلاوة الإيمان"، وإن لهذه الحلاوة لطعماً لا يتذوقه إلا من عرف الله، وآثره على كل ما سواه"[2].

ويؤكد الباحث على ما سبق من أثر للعبادات المختلفة وحلاوتها على كيان العابد وانعكاساتها على صحته النفسية، فكلما ازداد في عبادته وتوثيق صلته بخالقه، برزت علامات الصحة النفسية ومؤشراتها عليه، فالالتزام التعبدي مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية، وعلامة من علامات السعادة والعيش الطيب في الدنيا، قال تعالى: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُون** ﴾[النحل:97] وجعله في النور والهداية، وقال: ﴿**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتاً فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُوراً يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا** ﴾[الأنعام:122]، ووعد بالأجر في الدنيا والسعادة بها وبالآخرة فقال:﴿ **فَآتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين** ﴾ [آل عمران:148]، ووعدهم بالزيادة يوم القيامة وهي النظر إلى وجهه الكريم، فقال: ﴿**لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا الْحُسْنَى وَزِيَادَةٌ**﴾ [يونس: 26]، ومنها وعدة للمحسنين بالحسنى في الدنيا فقال تعالى:﴿**لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ** ﴾ [الزمر: 10] وقال:

﴿ **لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَ ا حَسَنَةٌ وَلَدَارُ الْآخِ رَةِ خَ يْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِ ين** ﴾ [النحل: 30]

---

1 - العبودية/ ابن تيميه/ ص108

2 - العبادة في الإسلام / د. يوسف القرضاوي /ص98

يقول الباحث: ومما سبق تتضح أهميه صله الإنسان بخالقه، فهي تعكس أثرها على الصحة النفسية للإنسان المؤمن العابد الموصول بخالقه فهو إن جاهد أعداء الله كان واثقاً بنصر الله له ﴿ **وَكَانَ حَقّاً عَلَيْنَا نَصْرُ الْمُؤْمِنِين** ﴾ [الروم:47]، لأنة جندي لله، والله ينصر جنده لقوله: ﴿**وَإِنَّ جُنْدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُون** ﴾[الصافات:173]، وهو لا يخاف أعداء الله وإن كانوا يمتلكون العدد والعتاد والعدة، وإن ظاهرتهم قوى الأرض جميعاً، كما يظاهر العالم الظالم الاحتلال الصهيوني بالقرار الدولي، والفيتو الأمريكي، وبالمال والسلاح والتكنولوجيا ضد المقاومة الفلسطينية لكسر إرادتها، واستئصال شأفتها، لأنة يؤمن بأن الله هو القوي العزيز، وأن النصر لا يكون إلا من عند الله لقولة تعالى : ﴿ **وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ**﴾ [آل عمران: 126] وقال: ﴿ **وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ**﴾ [لأنفال:10**]، وقال: ﴿إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُون** ﴾ [آل عمران:160]، ولأن الله وعد من ينصره في دينه بالنصر والثبات فقال: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ**﴾ [محمد:7]، فلا يخاف من الجموع ومكرهم لقوله تعالى: ﴿ **ولا تك في ضيق مما يمكرون**﴾ [النحل:127] أي " فنحن نكفيك مكرهم، ونصد عنك كيدهم، ونرد عنك أذاهم فلا تضق ذرعاً "[1]

وإن اقترف إثماً، أو أصاب ذنبا، أيقن بقبول الله لتوبته، فيتوب ويندم ويصلح لقوله تعالى:
﴿**وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُون** ﴾ [الشورى:25] ، وذلك لعلمه بسعة رحمته ومغفرته لقوله تعالى: ﴿**نَبِّئْ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ**﴾ [الحجر:49] ويبشر عبادة و يؤملهم بالتوبة فيقول : ﴿**قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ**﴾ [الزمر:53]، وهو يعلم إن الله يبسط يده بالليل ليتوب مسيء النهار ويبسط يده بالنهار ليتوب مسيء الليل ويفرح بتوبة عبده أشد الفرح، فهو التواب الرحيم، ويعلم أن الله تعالى واسع المغفرة لقوله: ﴿ **إِنَّ رَبَّكَ وَاسِعُ الْمَغْفِرَةِ** ﴾ [النجم: من الآية32] "يعفو عن المذنب، يقبل التوبة، يقيل العثرة، يمحو الزلة، يستر الخطيئة، يتوب على التائب"[2].

1 - حتى تكون أسعد الناس / عائض القرني / ص49

2 - المرجع السابق / ص50

وإن أصابته مصيبة أو كارثة ألمت به رجا أن يأجره الله فيها ويكشفها عنة مستحضراً قوله تعالى: ﴿**الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُون** ﴾ [البقرة156]، وقوله: ﴿ **إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ**﴾ [الزمر: 10]، وتمسك بقوله تعالى: ﴿ **فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ**﴾[يوسف:18]

" فسوف يبدل الحال، وتهدأ النفس، وينشرح الصدر، ويسهل الأمر، وتحل العقد، وتنفرج الأزمة"[1]

وهو إن حوصر و ضيق علية بالرزق من أهل الأرض، أيقن بأن رزقه في السماء، و أن الرزق بيد خالقة الرزاق لا في يد المخلوقين لقوله:﴿**وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُون** ﴾ [الذاريات:22] ولقوله: ﴿**إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ**﴾ [الذاريات:58].

وإن منع عنة أعداؤه الطعام والشراب و الدواء - كما يحاصر الاحتلال الصهيوني شعب فلسطين، ويغلق عليهم المعابر والمنافذ، فمنعوا الطعام و الشراب و الدواء وكل احتياجات الحياة الطبيعية، ليستسلموا و يتنازلوا عن حقوقهم و ثوابتهم ومقدساتهم و خيارهم الانتخابي - ثبت كالجبال لا ينحني إلا لخالقة لأنة يؤمن بقوله تعالى: ﴿**وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ**﴾ [الشعراء:80،79].

وهو يلجأ إلى خالقه بالدعاء رافعاً أكف الضراعة سائلاً مجيب المضطر عندما تلم به الخطوب، فيستجيب الله له ﴿**أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلاً مَا تَذَكَّرُون** ﴾[النمل:62]، فهو يؤمن بقربه من عبده السائل لقوله تعالى: ﴿**وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُون** ﴾ [البقرة:186] .

وهو يوقن بأن الأيام دول ولا يبقى الضعيف ضعيفاً ولا القوي قوياً وأن الله يغير من حال إلى حال ﴿**إِنْ يَمْسَسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مِثْلُهُ وَتِلْكَ الْأَيَّامُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ**﴾ [آل عمران:140].

وأنة سبحانه ينعم على المؤمن بالاستخلاف و التمكين والأمن بعد الخوف ما استمسك بدينه وإيمانه بخالقه ﴿**وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْناً**﴾ [النور:55]

1 - حتى تكون أسعد الناس / عائض القرني /ص51

وهو لا يخشى الباطل وإن ظهر و علا في غفلة أو تقصير من أهل الحق لأنة يوقن بزواله واندثاره مهما بلغ، مؤمناً بقول الله تعالى ﴿**وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقاً**﴾ [الإسراء:81]، **وبقوله:** ﴿ **بَلْ نَقْذِفُ بِالْحَقِّ عَلَى الْبَاطِلِ فَيَدْمَغُهُ فَإِذَا هُوَ زَاهِقٌ**﴾ [الأنبياء:18].

وهو إذا أعسر حالة واشتدت علية الأزمات لم ينقطع أملة في اليسر و الفرج وتبديل الحال إلى أحسن حال لقوله: ﴿**فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً، إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً**﴾ [الشرح: 5 6] " أي مع الفقر غنى، وبعد المرض العافية، وبعد الحزن سرور، وبعد الضيق سعه، وبعد الحبس انطلاق، وبعد الجوع شبع"[1]

وهذا يظهر لنا أثر الالتزام العقدي والتعبدي الذي يكسب صاحبه الراحة والسكينة والثقة بربه سبحانه، فتتجلى عليه علامات الصحة النفسية، والتي تبدو علاماتها كأثر لهذا الالتزام، فتبدو السعادة والسكينة والرضا وراحة البال مهما لاقى من صعاب وشدائد ومحن، فكلها تسير وفق قدر الله وإرادته لقوله: ﴿**مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ**﴾[الحديد:22] وهو يؤمن أن الخير فيما اختاره الله له وإن بدا له الشر في ظاهر الأمر لقوله تعالى: ﴿ **وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئاً وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لا تَعْلَمُونَ**﴾ [البقرة:216]

1 - حتى تكون أسعد الناس/ عائض القرني/ ص51

المبحث الثاني: علاقة الإنسان بنفسه

وفيه مطلبان:

المطلب الأول : اهتمام الإنسان بنفسه

المطلب الثاني : اهتمام الإنسان بجسده

المبحث الثاني

علاقة الإنسان بنفسه

إن الإنسان بطبيعته يحب نفسه، ويبذل الغالي والنفيس من أجل سعادتها وسلامتها، لذا اهتم القرآن الكريم بمجالات تربية النفس وتزكيتها لتسعد في الدنيا وتتمتع بما فيها ضمن اطار المشروع، وتنجو من العذاب يوم الحساب، فإذا سار الإنسان على منهج القرآن في تعامله مع نفسه تحققت له الصحة النفسية ، وهو أعلم إذا سلك الطريق الصحيح أو الطريق الخطأ مع نفسه ، يقول تعالى: ﴿**بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ**﴾[القيامة:14]

يقول الفخر الرازي: "لأن الإنسان بضرورة عقله يعلم أن ما يقربه إلى الله ويشغله بطاعته وخدمته فهو السعادة وما يبعده عن طاعة الله ويشغله بالدنيا ولذاتها فهو الشقاوة"[1]

ويقول تعالى: ﴿**فَأَمَّا مَنْ طَغَى وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى**﴾ [النازعــات:38-41]

"أي فأما من عتا وتمرد عن الطاعة وجاوز الحد في العصيان حتى كفر وآثر أي اختار الحياة الدنيا الفانية التي هي على جناح الفوات فانهمك فيما متع به فيها ولم يستعد للحياة الآخرة الأبدية بالإيمان والطاعة فإن الجحيم التي ذكر شأنها هي المأوى أي مأواه... ونهى النفس عن الهوى أي زجرها وكفها عن الهوى المردي وهو الميل إلى الشهوات وضبطها بالصبر والتوطين على إيثار الخيرات ولم يعتد بمتاع الدنيا وزهرتها ولم يغتر بزخارفها وزينتها علما بوخامة عاقبتها"[2].

ويقول د. نجاتي عن علاقة الإنسان بنفسه: " يعرف نفسه، ويعرف إمكاناته وقدراته وقدر نفسه، وتكون طموحاته في الحياة على قدر إمكاناته وقدراته ، وهو دائماً يسعى إلى تحقيق كماله الإنساني على قدر إمكاناته و قدراته.

ويعرف حاجاته ودوافعه ورغباته، ويقوم بإشباع ما يستطيع إشباعه منها بالطرق الحلال بتوسط واعتدال من غير إسراف.

وهو يدرك ما يجول بنفسه من مشاعر وانفعالات ، وهو يشعر بالمسئولية، ويعتمد على نفسه في أموره المعيشية.

---

1 - التفسير الكبير/ الفخر الرازي / ج8 / ص264

2 - روح المعاني/ الألوسي / ج15 /ص45 بتصرف

وهو واثق بنفسه، ومستقل في رأيه، ويعبر عنه بشجاعة، ومستقيم في سلوكه، يؤدي عمله بإتقان وأمانه وإخلاص ، ملتزم بواجباته ومسؤولياته ،يعني بصحته الجسمية ، وبقوته البدنية."[1] .

" أفضل ما في العالم إيمان صادق، وخلق مستقيم، وعقل صحيح وجسم سليم، ورزق هانئ"[2].

ويرى الباحث أن علاقة الإنسان بنفسه تتمثل في اهتمامه بنفسه وجسده وجعلها في مطلبين:

المطلب الأول : اهتمام الإنسان بنفسه .

المطلب الثاني : اهتمام الإنسان بجسده

---

1 - الحديث النبوي وعلم النفس/ د. نجاتي / ص302،303

2 - حتى تكون أسعد الناس / عائض القرني /ص30

المطلب الأول

الاهتمام الإنسان بنفسه

والاهتمام بالنفس يكون بمتابعتها والارتقاء بها وذلك من خـــلال تعهـــدها بالتربيـــة، وضبط الجوارح والسيطرة عليها، وتزكية النفس، حتى تكون علاقة الإنسان بنفــسه علاقـــة سليمة و قويمة ومثمرة.

أولاً: تربيه النفس :

يقول تعالى:﴿**وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا**﴾ [الشمس:7 -10]

قال ابن كثير:قد أفلح من زكى نفسه، أي: بطاعة الله وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا أي: دسسها، أي: أخملها ووضع منها بخذلانه إياها عن الهُدَى، حتى ركب المعاصي وترك طاعة الله عز وجل."[1]

وقال سيد قطب : "وهذه الآيات الأربع بالإضافة إلى آية سورة البلد ﴿**وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ**﴾ [البلد:10] وآية سورة الإنسان : ﴿**إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِراً وَإِمَّا كَفُوراً**﴾[الإنسان:3] تمثل قاعدة النظرية النفسية للإسلام ... وهي مرتبطة ومكملة للآيات التي تشير إلى ازدواج طبيعة الإنسان"[2].

ويوضح سيد قطب دور الرسل واستعداد النفس للتوجيهات والعوامل الخارجية في تنقيه النفس مما علق فيها من دنس، والارتقاء بها من حمأة الطين إلى مصاف الملائكة فيقول: " والرسالات والتوجيهات والعوامل الخارجية إنما توقظ هذه الاستعدادات وتشحذها وتوجهها هنا أو هناك ولكنها لا تخلقها خلقاً . لأنها مخلوقة فطرة، وكائنة طبعاً، وكامنة إلهاماً"[3] .

كما يبين أن للنفس استعدادات نفسية وفطرية، تنسجم مع التزكية والطهارة، والـتخلص مـن التدسية، فيقول: "وهناك إلى جانب هذه الاستعدادات الفطرية الكامنة قـوة واعيـة مدركـة موجهة في ذات الإنسان هي التي تناط بها التبعة فمن استخدم هذه القوة في تزكيـة نفـسه وتطهيرها وتنمية استعداد الخير فيها، وتغليبه على استعداد الشر فقد أفلح ومن أظلم هـذه القوة وخبأها وأضعفها فقد خاب : ﴿**وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا**﴾[الشمس:10] وهنالك إذن تبعـة

---

1 - التفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج4 / ص643

2 - في ظلال القرآن / سيد قطب /ج6 / ص3917

3 - المرجع السابق / ج6 /ص3917

مترتبة على منح الإنسان هذه القوة الواعية القادرة على الاختيار والتوجيه . توجيه الاستعدادات الفطرية القابلة للنمو في حقل الخير وفي حقل الشر سواء . فهي حرية تقابلها تبعة وقدرة يقابلها تكليف ومنحة يقابلها واجب ."[1] .

ثم يبين رحمه الله بالخلق بأن بين لهم ما يهديهم إلى سواء السبيل وينقذهم من الضلال والشقاء النفسي فيقول سيد قطب: "ورحمة من الله بالإنسان لم يدعه لاستعداد فطرته الإلهامي ولا للقوة الواعية المالكة للتصرف فأعانه بالرسالات التي تضع له الموازين الثابتة الدقيقة، وتكشف له عن موحيات الإيمان ودلائل الهدى في نفسه وفي الآفاق من حوله، وتجلو عنه غواشي الهوى فيبصر الحق في صورته الصحيحة ... وبذلك يتضح له الطريق وضوحاً كاشفاً لا غبش فيه ولا شبهة فتتصرف القوة الواعية حينئذ عن بصيرة وإدراك لحقيقة الاتجاه الذي تختاره وتسير فيه"[2]

وقال أ. محمد قاروط : "النفس البشرية هي التي تمنح صاحبها الصفة الخيِرة أو الشريرة، وتربيه هذه النفس هي كالطفل كما تعوده يتعود، وما تقدم له يؤثر فيه إن خيراً فخير وإن شراً فشر يقول النبي ﷺ :

(كل مولود يولد على الفطرة، وإنما أبواه يهودانه أو ينصرانه أو يشركانه)[3] ففطرة الإنسان هي الإيمان وحب الخير، فالتربية هي المؤثر في حياة كل إنسان حيث تكون نفسه إما أمارة أو لوامة أو مطمئنه، فتربيه النفس من البداية هي الأساس لكل مردود، فإن عرف الإنسان كيف يخالف هوى نفسه ويربيها على الفضائل، يكون قد ربح الدنيا والآخرة "[4] .

يقول الباحث: ومن هنا يظهر أهميه تربيه النفس كجزء ضروري في علاقه الإنسان بنفسه، ليسعدها في الدارين الدنيا والآخرة ، وهذا يتأتى بالمحاسبة والتقويم الدائم لسلوك النفس، وترويضها لقبول الخير، وكبح جماحها عن الشر.

ويقول قاروط : " إن الله سبحانه جعل لكل عضو من أعضاء الإنسان كمالاً ، إن لم يحصل له، فهو في قلق واضطراب وانزعاج بسبب فقد كماله الذي جعله مثاله: كمال العين بالإبصار، وكمال الأذن بالسمع، وكمال اللسان بالنطق، فإذا عدمت هذه الأعضاء القوى التي

---

1 - المرجع السابق / ج6 /ص 3918

2 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج6/ص3918

[3] - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح2138/ ص200/ ج4/ ك القدر/ ب ما جاء في كل مولود يولد على الفطرة/ حسن صحيح

4 - الإنسان والنفس في ضوء الكتاب والحديث / أ. محمد قاروط / ص 110،111 /دار الكتب ألعلميه / ط1 /2002م

بها كمالها، حصل الألم والنقص بحسب فوات ذلك، وجعل كمال القلب ونعيمه، وسروره، ولذته، وابتهاجه في معرفته سبحانه، وإرادته ومحبته، والإنابة إليه .فإذا عدم القلب ذلك ، كان أشد عذاباً واضطراباً من العين التي فقدت النور الباصر وحقيقة الأمر ، إنه لا طمأنينة بدون التحقق بـــ ﴿**إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ**﴾ [الفاتحة:5] " [1].

ثانياً :ضبط الجوارح:

يقول تعالى:﴿**وَلا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً**﴾ [الإسراء:36]

يقول سيد قطب: "وهذه الكلمات القليلة تقيم منهجاً كاملاً للقلب والعقل يشمل المنهج العلمي الذي عرفته البشرية حديثاً جداً ويضيف إليه استقامة القلب ومراقبة الله ميزة الإسلام على المناهج العقلية الجافة! فالتثبت من كل خير ومن كل ظاهرة ومن كل حركة قبل الحكم عليها هو دعوة القرآن الكريم ومنهج الإسلام الدقيق "[2].

لذا يجب ضبط الجوارح و استخدامها في الخير ومنها:

1 - حفظ اللسان :

يقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلاً سَدِيداً**﴾[الأحزاب:70]

قال الشوكاني: "أي قولا صوابا وحقا"[3]

ويقول تعالى: ﴿**وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ**﴾[الإسراء:53].

يقول ابن كثير: " يأمر تعالى رسوله صلى الله عليه وسلم أن يأمر عباد الله المؤمنين، أن يقولوا في مخاطباتهم ومحاوراتهم الكلام الأحسن والكلمة الطيبة؛ فإنه إذ لم يفعلوا ذلك، نزغ الشيطان بينهم، وأخرج الكلام إلى الفعال، ووقع الشر والمخاصمة والمقاتلة"[4]

﴿ **وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْناً**﴾ [البقرة: 83] "أي: كلموهم طيبًا، ولينُوا لهم جانبًا، ويدخل في ذلك الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر بالمعروف"[5]

يقول الإمام الغزالي: "إن اللسان من نعم الله العظيمة ولطائف صنعه الغريبة، فإنه صغير جرمه، عظيم طاعته وجرمه، إذ لا يستبين الكفر والإيمان إلا بشهادة اللسان وهما غاية

---

1 - المرجع السابق / ص111،112

2 - في ظلال القرآن : سيد قطب / ج4 /ص2227

3 - فتح القدير :الشوكاني / ج4 / ص308

4 - تفسير القرآن العظيم/ ابن كثير /ج 3 / ص57

5 - المرجع السابق / ج1 / ص176

الطاعة والعصيان... واللسان رحب الميدان ليس له مرد و لا لمجاله منتهى وحد، له في الخير مجال رحب وله في الشر ذيل سحب "[1]

ويقول القرضاوي عن حظ اللسان من العبودية لله : " النطق بالشهادتين، وتلاوة القرآن،وما تتوقف عليه الصلاة، وتلفظه بالأذكار الواجبة في الصلاة التي أمر الله بها ورسوله، كما أمر بالتسبيح، في الركوع والسجود، ومن واجبه رد السلام، والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وتعليم الجاهل، وإرشاد الضال، وصدق الحديث، والمستحب تلاوة القرآن، ودوام ذكر الله .

وأما محرمه: فهو النطق بكل ما يبغضه الله ورسوله، كالنطق بالبدع المخالفة لما بعث الله به رسوله والدعوة إليها، وكالقذف وسب المسلم، وأذاه بكل قول، والكذب وشهادة الزور وما شابه "[2].

ويرى الباحث أن ضبط اللسان هو من الأهمية بمكان في ضبط الجوارح، وعلامة من علامات الإيمان حيث قال النبيﷺ : **(من كان يؤمن بالله و اليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت)** [3]

وهو الطريق المؤدية إلى السعادة في الجنة، أو الشقاء والهلاك في النار، حيث قال النبي ﷺ :**(إن العبد ليتكلم بالكلمة من رضوان الله لا يلقي لها بالاً، يرفعه الله بها درجات، وإن العبد ليتكلم بالكلمة من سخط الله لا يلقي لها بالاً، يهوي بها في جهنم)**[4]

فالإنسان العاقل هو الذي يتدبر ما يتكلم ويعي ما يقول، فهو يتكلم عند الحاجة، ويسكت ويصمت لئلا يكثر لغطه وخطؤه، وهو يعلم أن كلامه يحصى علية قال تعالى: ﴿ **مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ** ﴾ [قّ:18] .

2 **حفظ البصر:**

يقول تعالى:﴿**قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ**﴾، **[**النور:30**]**، ويقول : ﴿**وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ** ﴾**[**النور: 31**]**

---

1 - إحياء علوم الدين / الإمام الغزالي /ج3 / ص103

2 - العبادة في الإسلام / د . القرضاوي / ص 79،80

3 - صحيح البخاري: الإمام البخاري /ح6018/ ج4/ ص106/ ك الأدب/ ب من كان يؤمن بالله واليـــوم الآخر فلا يؤذ جارة، صحيح مسلم/أبو الحسين مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري/ح78،79،80/ص51/ ك الأدب/ ب الحث على إكرام الجار والضيف ولزوم الصمت/ دار الفكر/ ط2004م

4 - صحيح البخاري : الامام البخاري / ح6478 / ج 4/ص 217 / ك الرقائق

"كف النظر عما لا يحل إليه بخفضه إلى الأرض، أو بصرفه إلى جهة أخرى وعدم النظر بملء العين"[1]، ويقول ابن كثير: "هذا أمر من الله تعالى لعباده المؤمنين أن يغضوا من أبصارهم عما حرم عليهم، فلا ينظروا إلا إلى ما أباح لهم النظر إليه، وأن يغضوا أبصارهم عن المحارم، فإن اتفق أن وقع البصر على مُحرَّم من غير قصد، فليصرف بصره عنه سريعًا"[2].

ويقول د القرضاوي :" وأما النظر الواجب: فالنظر في المصحف، وكتب العلم عند تعين تعلم الواجب منها، والنظر إذا تعين لتمييز الحلال من الحرام في الأعيان التي يأكلها أو ينفقها أو يستمتع بها، والأمانات التي يؤديها إلى أربابها ليميز بينها ، ونحو ذلك

والنظر الحرام: النظر إلى الأجنبيات بشهوة مطلقاً، وبغيرها إلا لحاجه كنظر الخاطب والشاهد والطبيب وما شابه "[3].

قال جريرﷺ : **(سئلت النبي ﷺ عن نظرة الفجأة فقال : فأمرني أن اصرف بصري)** [4]

وقال:(**يا علي لا تتبع النظرة النظرة، فإن لك الأولى، وليست لك الآخرة**)[5]

يرى الباحث أن غض البصر فيه راحة نفسية، لأنه استجابة لنداء الله للمؤمنين، فهو دلاله على صدق الإيمان، ويعفي الإنسان من التحسر على عدم حصوله على ما يشتهيه من النظر المحرم، وخلو القلب من الميل إليه والتفكر فيه، والسيطرة على الجوارح وضبطها.

3 حفظ الفرج:

قال تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِين** ﴾ [المؤمنون:5 6]

"والمعنى أنهم لفروجهم حافظون في جميع الأحوال إلا في حال تزوجهم أو تسريهم"[6]

ويقول تعالى: ﴿**وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ**﴾[الأحزاب: 35]

أي "والحافظ والحافظة لفرجيهما عن الحرام بالتعفف والتنزه والاقتصار على الحلال"[7]

1 -تفسير آيات الأحكام: محمد علي الصابوني / ج2 / ص155 /عالم الكتب /ط1 /1986م

2 -تفسير القرآن العظيم: ابن كثير / ج3 / ص342،343

3 - العبادة في الإسلام : د القرضاوي / ص81

4 - سنن الترمذي: الترمذي /ح2776/ ج4/ ص517/ ك الأدب/ ب ما جاء في نظـرة الفجـأة/ حـسن صحيح

5 - المرجع السابق: ح2777/ ج4/ ص517/ ك الأدب/ ب ما جاء في نظرة الفجأة/حسن صحيح

6 - تفسير النسفي: النسفي /ج3 / ص114

7 - فتح القدير: الشوكاني /ج 4 / ص282

يقول الإمام الغزالي: " اعلم أن شهوة الوقاع سلطت على الإنسان لفائدتين:
إحداها: أن يدرك لذته فيقيس به لذات الآخرة .
والثانية : بقاء النسل ودوام الوجود .
ولكن فيها من الآفات ما يهلك الدين والدنيا إن لم تضبط ولم تقهر ولم ترد إلى حد الاعتدال."[1]

" وأعظم الشهوات شهوة النساء، وهذه الشهوة لها إفراط وتفريط واعتدال، فالإفراط: ما يقهر العقل حتى يصرف همة الرجال إلى الاستمتاع بالنساء والجواري، فيحرم عن سلوك طريق الآخرة أو يقهر الدين حتى يجر إلى الفواحش ."[2]

يرى الباحث من علامات الصحة النفسية في حفظ الفرج ، أن يمنعه من الفواحش والزنا، لما فيه من المفاسد الدنيوية والأخروية، وتحصينه بالزواج، والاعتدال في قضاء شهوته، وحفظه من الإفراط أو التفريط اللذان يفسدان حياة الإنسان.

وهذا ما لفت الإمام الغزالي الانتباه إلية فقال: " إفراط الشهوة أن يغلب العقل إلى هذا الحد وهو مذموم جداً، والتفريط : بالعنة أو الضعف، وهو أيضاً مذموم، وإنما المحمود أن تكون معتدلة ومطيعة للعقل والشرع في انقباضها وانبساطها"[3]

4 حفظ السمع:

يقول تعالى**:** ﴿**وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَاماً**﴾[الفرقان:72]

أي " لا يشغلون أنفسهم به ولا يلوثونها بسماعه؛ إنما يكرمونها عن ملابسته ورؤيته بله المشاركة فيه**!** فللمؤمن ما يشغله عن اللغو والهذر وليس لديه من الفراغ والبطالة ما يدفعه إلى الشغل باللغو الفارغ وهو من عقيدته ومن دعوته ومن تكاليفها في نفسه وفي الحياة كلها في شغل شاغل "[4].

وإنما يكون من ﴿**الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ**﴾[الزمر18] ، وممن يستشعر المسؤولية عن جوارحه لقوله تعالى: ﴿**وَلا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً**﴾ [الإسراء:36].

1 - انظر إحياء علوم الدين : الإمام الغزالي /ج3 / ص95
2 إحياء علوم الدين: الإمام الغزالي / ج3 / ص95
3 - نفس المرجع السابق / ج3 / ص96
4 -في ظلال القرآن: سيد قطب / ج5 / ص2580

ويقول د. القرضاوي: " فعلى السمع: وجوب الإنصات، والاستماع لما أوجبه الله ورسوله عليه، من استماع الإسلام والإيمان وفروضهما، وكذلك استماع القراءة في الصلاة إذا جهر بها الإمام، واستماع الخطبة للجمعة، ويحرم عليه استماع الكفر والبدع وكذلك استماع أصوات النساء الأجانب التي تخشى الفتنه بأصواتهن إذا لم تدع إليه الحاجة من شهادة، أو معامله، أو استفتاء، أو محاكمه، أو مداواة ونحوها "[1]

يقول الباحث : ويمكن تزكية السمع من خلال الاستماع إلى القرآن أو المواعظ الدينية. وضبطه عن الاستماع إلى الغيبة والنميمة والأغاني الماجنة والخوض في أعراض المسلمين. فتوجيه هذه الجوارح وإرشادها إلى أبواب الخير والطاعة هو ضبط لها وسلامه لها من كل مكروه، وتنزيه لها عن سفساف الأمور، وارتقاء بها إلى معالي الأمور، مما يشعرها بالسعادة والتمتع بالحياة.

ثالثاً: تزكيه النفس:

قال تعالى : ﴿**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى**﴾[الأعلى:14]

أي "قد نجح وأدرك طلبته من تطهَّر من الكفر ومعاصي الله، وعمل بما أمره الله به، فأدّى فرائضه."[2]

وقال تعالى: ﴿**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا**﴾[الشمس:9]

أي"قد أفلح من زكَّى الله نفسه، فكثَّر تطهيرها من الكفر والمعاصي، وأصلحها بالصالحات من الأعمال."[3]

ويرى الباحث أنه لابد من تطهير النفس قبل تزكيتها، وتكون بالتخلي عن الرذائل والتحلي بالفضائل:

فيتخلى عن الكذب و الخيانة، والظلم، والبخل، الرياء، والقسوة،والذلة...الخ.

ويتحلى بالصدق، والأمانة، والعدل، والكرم، والإخلاص، والرحمة، والعزة...الخ .

وتزكيه النفس تكون بالعبادات والأخلاق:

1 - التزكيه بالعبادات:

قال نعالى: ﴿**قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى**﴾ [الأعلى:14 15]

---

1 - العبادة في الإسلام : د . القرضاوي / ص 80

2 - جامع البيان: الطبري /ج10 / ص8594

3 - المرجع السابق /ج10 / ص8662

" أي: قد نجا من المكروه وظفر بما يرجوه من تطهر من الكفر والمعاصي بتذكره واتعاظه بالذكرى أو تكثر من التقوى والخشية من الزكاء وهو النماء وقيل تطهر للصلاة وقيل تزكى تفعل من الزكاة... وذكر اسم ربه بقلبه ولسانه فأقام الصلوات الخمس وقيل تزكى أي تصدق صدقة الفطر وذكر اسم ربه أي كبره يوم العيد فصلى أي صلاته"[1]

وقال محمد الغزالي: " فالصلاة والصيام والزكاة والحج، وما أشبه هذه الطاعات من تعاليم الإسلام، هي مدارج الكمال المنشود، وروافد التطهر الذي يصون الحياة ويعلي شأنها، ولهذه السجايا الكريمة التي ترتبط بها أو تنشأ عنها أعطيت منزله كبيرة في دين الله، فإن لم يستفد المرء منها ما يزكي قلبه، وينقي لبه ويهذب بالله وبالناس صلته ، فقد هوى "[2] .

فتزكية النفس بالعبادات تكون بالارتقاء بها من خلال الالتزام بالفرائض جميعها ، والاستزادة بالنوافل، وأهم هذه العبادات : الصلاة والصيام والزكاة والحج والجهاد والذكر.

أ **الصلاة:**

قال تعالى: ﴿**وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِين** ﴾ [البقرة:45]

" إن الصلاة صلة ولقاء بين العبد والرب صلة يستمد منها القلب قوة، وتحس فيها الروح صلة؛ وتجد فيها النفس زاداً أنفس من أعراض الحياة الدنيا"[3] .

﴿**وَأَقِمِ الصَّلاةَ طَرَفَيِ النَّهَارِ وَزُلَفاً مِنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِين** ﴾ [هود:114]

أي "إن فعل الخيرات يكفر الذنوب السالفة"[4]

ويقول د. القرضاوي : " جعل الله الصلاة على المؤمنين كتاباً موقوتاً، أمرهم بإقامتها حين يمسون وحين يصبحون، وعشياً وحين يظهرون، كررها خمس مرات في اليوم لتكون حماماً روحياً للمسلم يتطهر بها من غفلات قلبه ، وأدران خطاياه "[5] .

وهذا ما بينه النبيﷺ أن الصلاة تطهر الإنسان وتزكيه من خطاياه ما حافظ عليها وأداها في أوقاتها فقال: (**أرأيتم لو أن نهراً بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقي**

---

1 - تفسير أبي السعود: أبو السعود /ج5 / ص862

2 - خلق المسلم : محمد الغزالي /ص10،11/ دار القلم /ط2 /1980م

3 - في ظلال القرآن : سيد قطب /ج1 /ص69

4 - تفسير القرآن العظيم: ابن كثير /ج2 / ص606

5 - العبادة في الإسلام : د . القرضاوي / ص225

من درنة شيء؟ قالوا لا يبقى من درنة شيء، قال فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو الله بهن الخطايا)[1]

ويرى الباحث أن الإنسان إذا أدام على هذه الصلاة، خمس مرات في اليوم والليلة في أوقاتها، تيقظت قواه الروحية، وأحس بمعية الله ومدده له بالقوة والتأييد، وأنه سبحانه معه يعينه في أموره جميعها ولا يتخلى عنه، فتشتد عزيمته، وتقوى إرادته، ويمضي في حياته دون تردد أو ضعف مهما اعترضه من مشاكل، أو واجهته الصعاب.

ومن ناحية أخرى فإن الصلاة تغرس في النفس التخلص من ماديات الحياة، وتتخلى عنها ولو للحظات، وذلك بتوجيه النفس إلى الله بالذكر، والدعاء، والتذلل والخشوع، والخضوع لكبريائه وعظمته، وهذا من شأنه أن يضفي على النفس السكينة والرضا، ويجعلها بفيض من السعادة.

وقال محمد الغزالي: "فالصلاة الواجبة عندما أمر الله بها أبان الحكمة من إقامتها، فقال: ﴿**وَأَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ**﴾ [العنكبوت: 45] فالإبعاد عن الرذائل، وتطهير من سوء القول و سوء العمل، هو حقيقة الصلاة"[2].

ب **الصيام**:

قال تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُون** ﴾ [البقرة: 182]

قال الشوكاني: " أي: لعلكم تتقون بالمحافظة عليها وقيل : تتقون المعاصي بسبب هذه العبادة لأنها تكسر الشهوة وتضعف دواعي المعاصي"[3]

وقال النسفي: "لَعَلّكُمْ تَتّقُونَ المعاصي بالصيام لأن الصيام أظلف لنفسه وأردع لها من مواقع السوء، أو لعلكم تنتظمون في زمرة المتقين إذ الصوم شعارهم."[4]

" الصيام ليس مجرد الإمساك عن المفطرات، وإنما هجر جميع المعاصي والسيئات، فلا يحل للصائم أن يتكلم إلا حسناً، ولا يفعل إلا جميلاً... وبذلك يكون الصيام درساً عملياً في أخذ النفس بالفضائل، وحملها على الاتصاف بكل ما هو حسن في جميع الحالات، وبذلك تزكو وتطهر، ويصبح الإنسان مأمول الخير، مأمون الشر"[5].

---

[1] - سنن الترمذي / الترمذي/ ح2868/ ج4/ ص560/ ك الأمثال/ ب الصلوات الخمس/ حسن صحيح

2 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص8

3 - فتح القدير/ الشوكاني / ج1 / ص180

4 - تفسير النسفي/ النسفي /ج1 /ص93

5 - بتصرف إسلامنا / سيد سابق / ص124 / الفتح للإعلام العربي / طبعه خاصة بالمؤلف

ويرى الباحث أن الصيام مدرسه روحية تهذب الأخلاق، وترتقي بالروح بانشغالها بالعبادة، وهذا يتحقق في عبادة الصيام عامة وخاصة في شهر رمضان، والصيام ينمي في نفس الصائم تقويه للإرادة، وضبط الشهوات والسيطرة على النفس ومراقبتها، وتصحيح مسارها حيث أن"الصائم يترك شهواته، وأحب الأشياء إليه مع قدرته عليها امتثالاً لأمر الله، ومسارعة لمرضاته، وهذا من شأنه أن يورث خشيه الله، وينمي ملكه المراقبة، ويوقظ الضمير، ثم إن الصيام يقوي الإرادة، ويعودها الصبر والاحتمال، فيستطيع الإنسان مواجهه الحياة، ومكافحتها بشجاعة...وبذلك تتاح الفرص لهجر الكثير من العادات السيئة[1]

ويقول محمد الغزالي: " وكذلك شرع الإسلام الصوم، فلم ينظر إليه على أنه حرمان مؤقت من بعض الأطعمة والأشربه، بل يعتبره خطوة إلى حرمان النفس دائماً من شهواتها المحظورة، ونزواتها المنكرة، وإقراراً لهذا المعنى قال الرسول ﷺ: **(من لم يدع قول الزور و العمل به، فليس لله حاجه في أن يدع طعامه وشرابه)**[2] "[3]

ويقول النبي ﷺ : **(الصيام جنه فإذا كان أحدكم صائماً فلا يرفث ولا يجهل، فإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل: إني صائم إني صائم)** [4].

ويرى الباحث أن الصيام يلعب دوراً هاماً في تزكية النفس، فالصائم يدع الطعام لساعات طويلة وبين يديه أشهى ألوان الطعام، ويصوم عن الماء وبجانبه الماء البارد في أيام الصيف الحارة،ويعف عن زوجة وهي بجانبه، ولا رقيب عليه إلا الله، وفي هذا تربية وتزكية للنفس، وسيطرة على شهواتها،وارتقاء بها وتشبه بالملائكة إذ لا يأكلون ولا يشربون ولا يتناكحون.

ج **الزكاة** :

يقول تعالى: ﴿**خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ**﴾**[**التوبة:103**]**

قال الشوكاني: "أي تطهرهم وتزكيهم يا محمد بما تأخذه من الصدقة منهم وقيل الضمير في تطهرهم للصدقة : أي تطهرهم هذه الصدقة المأخوذة منهم"[5]

---

1 - بتصرف إسلامنا / سيد سابق /ص123

[2] -صحيح البخاري/ البخاري/ ح1903/ ج 2/ ص 37/ ك الصوم/ ب من لم يدع قول الزور

3 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص 8

[4] - الموطأ / الإمام مالك / ح652/ ج1 / ص 188 / كتاب الصيام /باب جامع الصيام/ مكتبه الصفا/ط1 /2001م/صحيح

5 - فتح القدير/ الشوكاني / ج2 / ص399

ويقول سيد سابق وتزكيهم بها أي: " إن الزكاة عطاء وبذل، ومواساة ومعاونه، والنفس بطبيعتها تهتز للكرم، وتفرح بالجود، وتجد الراحة والاطمئنان في مواساة الغير، وإدخال السرور عليه... والإنسان يحب المال بطبعه، وهذا الحب يدعو صاحبه إلى البخل، والحرص والجشع، والأنانية، والأثرة، وسائر الرذائل الخلقية... و لا يتخلص المرء من هذه الرذائل، إلا بالتمرين على البذل، والتدريب على العطاء"[1] .

" والزكاة المفروضة ليست ضريبة تؤخذ من الجيوب، بل هي أولاً غرس لمشاعر الحنان والرأفة، وتوطيد لعلاقات التعارف والألفة بين شتى الطبقات وقد نص القرآن على الغاية من إخراج الزكاة بقوله: ﴿**خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً**﴾ [التوبة: 103] ،فتنظيف النفس من أدران النقص، والتسامي بالمجتمع إلى مستوى أنبل هو الحكمة الأولى "[2] ،لذا قال تعالى:﴿ **وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ**﴾ [البقرة: 177]

يقول سيد قطب موضحاً قيمه الصدقة والزكاة والإنفاق: "وما قيمة إيتاء المال - على حبه والاعتزاز به - لذوي القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفي الرقاب؟ إن قيمته هي الانعتاق من ربقة الحرص والشح والضعف والأثرة انعتاق الروح من حب المال الذي يقبض الأيدي عن الإنفاق، ويقبض النفوس عن الأريحية، ويقبض الأرواح عن الانطلاق، فهي قيمة روحية يشير إليها ذلك النص على حب المال وقيمة شعورية أن يبسط الإنسان يده وروحه فيما يحب من مال لا في الرخيص منه ولا الخبيث فيتحرر من عبودية المال، هذه العبودية التي تستذل النفوس، وتنكس الرؤوس ويتحرر من الحرص والحرص يذل أعناق الرجال وهي قيمة إنسانية كبرى في حساب الإسلام، الذي يحاول دائماً تحرير الإنسان من وساوس نفسه وحرصها وضعفها قبل أن يحاول تحريره من الخارج في محيط الجماعة وارتباطاتها، يقيناً منه بأن عبيد أنفسهم هم عبيد الناس؛ وأن أحرار النفوس من الشهوات هم أحرار الرؤوس في المجتمعات! ثم إنها بعد ذلك كله قيمة إنسانية في محيط الجماعة هذه الصلة لذوي القربى فيها تحقيق لمروءة النفس، وكرامة الأسرة، ووشائج القربى والأسرة هي النواة الأولى للجماعة"[3]

---

1 - بتصرف إسلامنا / سيد سابق / ص120،121

2 - خلق المسلم / محمد الغزالي /ص 8

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1 / ص159،160

ويرى الباحث أن زكاة الفطر أيضاً تطهر نفس المؤمن وتزكيها - وإن كانت هي جزءً من الزكاة - لأنها تنمي في نفس الفقير روح البذل والإنفاق في سبيل الله، ففيها شعور نفسي رائع عند الفقير حينما يشعر بأنه هو المعطي لا الآخذ كعادته، وفي سياق هذه المعاني جاءت السنة النبوية بالحث على أداء زكاة الفطر للغني والفقير، قال ابن عباس رضي الله عنه: **(فرض رسول الله ﷺ زكاة الفطر طهره للصائم من اللغو والرفث، وطعمه للمساكين)** [1] وقال النبي ﷺ : **(أما غنيكم فيزكيه الله، وأما فقيركم فيرد الله عليه أكثر مما أعطاه)** [2].

ففي زكاة الفطر طهره للصائم مما وقع فيه من خلل في الصيام ، وسد لحاجة المحتاجين، وتدريب الفقير على البذل والإنفاق، وفي هذا تطهير وتزكية للنفس.

د الحج:

يقول تعالى:﴿**الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلا رَفَثَ وَلا فُسُوقَ وَلا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى** ﴾ [البقرة: 197]

" حث على الخير عقيب النهي عن الشر وأن يستعملوا مكان القبيح من الكلام الحسن، ومكان الفسوق البر والتقوى، ومكان الجدال الوفاق والأخلاق الجميلة"[3].

يقول د . القرضاوي : " الحج شحنه روحيه كبيرة، يتزود بها المسلم، فتملأ جوانحه خشيه لله وتقي لله، وعزماً على طاعته، وندماً على معصيته، وتغذي فيه عاطف الحب لله ولرسول الله ﷺ ، ولمن عزروه ونصروه واتبعوا النور الذي أنزل معه، وتوقظ فيه مشاعر الأخوة لأبناء دينه في كل مكان.... إن الأرض المقدسة وما لها من ذكريات، وشعائر الحج وما لها من أثر في النفس، وقوة الجماعة وما لها من إيحاء في الفكر والسلوك... كل هذا يترك أثره واضحاً في أعماق المسلم، فيعود من رحلته أصفى قلباً، وأطهر مسلكاً، وأقوى عزيمة على الخير"[4]

---

[1] - سنن أبي داود / أبو داود السجستاني/ ج2/ ص111/ ح1609/ك الزكاة / ب زكاة الفطر

[2] المرجع السابق/ ج2 /ص114/ ح1619/ ك الزكاة/ ب من روى نصف صاع من قمح

3 -تفسير النسفي/ النسفي /ج1 /ص101

4 - العبادة في الإسلام / د . القرضاوي / ص302،303 بتصرف

يقول الباحث: والحج زاد روحي يربي النفس على الخلق الكريم، والصبر على مشآق الطاعة، لذا كان جزاء الحج المبرور التطهير من الذنوب ومغفرتها كما بَين ذلك قول النبيﷺ: **(من حج لله فلم يرفث ولم يفسق رجع كيوم ولدته أمه)**[1].

ويؤكد الباحث أن العبادات جميعها تطهر النفس وتنقيها من أدران الذنوب والخطايا فتصفو النفس وتزكو مما علق بها من الران، والتي منها عبادة الأمر بالمعروف، والنهي عن المنكر، فهو يسعى بهذه العبادة لتزكيه الناس والمجتمع، وهو أول من يلتزم بما يدعو إليه لئلا يقع تحت طائلة قوله تعالى : ﴿**أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلا تَعْقِلُون** ﴾ [البقرة:44]، ويخشى بغض الله ومقته لقوله تعالى : ﴿**كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لا تَفْعَلُون** ﴾ [الصف:3] .

وكذلك الجهاد في سبيل الله من العبادات التي تصقل نفس الإنسان لتجعله مستعداً للقاء الله بنفس مطمئنة، فيقضي دينه قبل خروجه للجهاد، ويؤدي ما عليه من حقوق تجاه خالقه والناس جميعًا يقول تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعْداً عَلَيْهِ حَقّاً فِي التَّوْرَاةِ وَالْأِنْجِيلِ وَالْقُرْآنِ وَمَنْ أَوْفَى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بِبَيْعِكُمُ الَّذِي بَايَعْتُمْ بِهِ وَذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ الْحَامِدُونَ السَّائِحُونَ الرَّاكِعُونَ السَّاجِدُونَ الْآمِرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَالنَّاهُونَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَالْحَافِظُونَ لِحُدُودِ اللَّهِ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِين**﴾ [التوبة:111 112] وكذلك عبادة ذكر الله ولهج اللسان به والمداومة عليه واستحضار عظمه الله ورقابته، تطهر اللسان من الغيبة والنميمة والسخرية والاستهزاء وكل آفات اللسان وتشغله بالذكر والتسبيح، يقول تعالى: ﴿**فَاذْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْراً**﴾[البقرة:200]

وقال: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً، وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً**﴾[الأحزاب: 41 42]

وقال: ﴿**سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى**﴾[الأعلى:1]

وقال: ﴿**فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِين** ﴾[الحجر:98]

وقال: ﴿**وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَى**﴾[طــه:130]

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح1521/ ج1/ص294/ ك الحج/ ب فضل الحج

وقال: ﴿**فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ**﴾[الواقعة:74]

وقال: ﴿**فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّاباً**﴾[النصر:3] .

كل هذه العبادات وغيرها من العبادات تسمو بالنفس وتطهرها وتزكيها.

" والنفس التي تمضي في سياحتها الروحية خالصة لله ، متوكلة عليه، راضيه بما ترتزق به من خير وشر، تجاهد جهاد الأبطال، وتعمل عمل الأبرار، وترضى بما أعطاها الله من نعم، غير معترضة على ما يختبرها به من ابتلاءات، متوكلة عليه تعالى أبداً... هذه النفس يرضى الله عنها، فتكون نفساً حبيبه إلى الله، متمتعة بالكمالات الأخلاقية، تحظى بالمقامات العليا التي يحظى بها المؤمنون"[1]

2 - التزكية بالأخلاق:

من أوضح معالم رسالة النبي ﷺ إتمام مكارم الأخلاق حيث قال:**(بعثت لأتمم حسن الأخلاق)**[2]

وخص صاحب الخلق الحسن بالخيرية فقال: **(خياركم أحاسنكم أخلاقاً)**[3].

واعتبر حسن الخلق من كمال الإيمان فقال: **(إن من أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً)**[4].

وقد بَلغ النبي ﷺ أرقى درجات الكمال في الأخلاق حيث وصفه الله بقوله: ﴿**وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ**﴾ [القلم:4] وحثه على الرفق واللين بمن حوله فقال : ﴿**فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظّاً غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ**﴾ [آل عمران:159] .

فكان النبي ﷺ يوجه أصحابه وأمته على التحلي بالأخلاق الكريمة ويحرضهم عليها فقال: **(اتق الله حيثما كنت وأتبع السيئة الحسنه تمحها، وخالق الناس بخلق حسن)**[5].

---

1 - نحو علم نفس إسلامي / حسن محمد الشرقاوي/ ص 47،48 / الهيئة المصرية العامة للكتاب /1976م

2 - الموطأ / الإمام مالك بن أنس :ح1627/ ج1/ ص532/ ك حسن الخلق/ ب ما جاء في حسن الخلق

3 - سنن الترمذي / الترمذي/ ح1975/ ج4/ ص120/ ك البر والصله/ ب ما جاء في الفحش والتفحش/حسن صحيح

4 - المرجع السابق/ ح2612/ ج4/ ص436/ ك الإيمان / ب ما جاء في استكمال الإيمان وزيادته ونقصانه

5 - سنن الترمذي/ الترمذي : ح1987/ ج4/ ص125/ ك البر والصله/ ب ما جاء في معاشرة الناس/ حسن صحيح

والنبي ﷺهو قدوة المسلمين، وقد بلغ النبي ﷺ كمال النفس ومكارم الأخلاق، وقد ذكر المباركفوري عن النبي ﷺ تحت عنوان: كمال النفس ومكارم الأخلاق، جمله من أخلاقه ﷺفقال:

"كان الحلم والاحتمال، والعفو عند المقدرة، والصبر على المكارة صفاتٌ أدبه الله بها... وكل حليم قد عرفت منه زلة، وحفظت عنه هَفْوَة، ولكنه صلى الله عليه وسلم لم يزد مع كثرة الأذى إلا صبرا وعلى إسراف الجاهل إلا حلما... وكان من صفة الجود والكرم على مالا يقادر قدره، كان يعطي عطاء من لا يخاف الفقر... وكان من الشجاعة والنجدة والبأس بالمكان الذي لا يجهل، كان أشجع الناس، حضر المواقف الصعبة، وفر عنه الكماه والأبطال غير مرة، وهو ثابت لا يبرح، ومقبل لا يدبر، ولا يتزحزح، وما شجاع إلا وقد أحصيت له فره وحفظت عنه جولة سواه... وكان أشد الناس حياء وإغضاء... وكان أعدل الناس، وأعفهم، وأصدقهم لهجة، وأعظمهم أمانة، اعترف له بذلك مجاوروه وأعداؤه، وكان يسمي قبل نبوته الأمين، ويُتَحاكم إليه في الجاهلية قبل الإسلام... وكان أشد الناس تواضعاً، وأبعدهم عن الكبر، يمنع عن القيام له كما يقومون للملوك، وكان يعود المساكين، ويجالس الفقراء، ويجيب دعوة العبد، ويجلس في أصحابه كأحدهم،... وكان أوفي الناس بالعهود، وأوصلهم للرحم، وأعظمهم شفقة ورأفة ورحمة بالناس، أحسن الناس عشرة وأدباً، وأبسط الناس خلقاً، أبعد الناس من سوء الأخلاق، لم يكن فاحشاً، ولا متفحشاً، ولا لعاناً، ولا صخاباً في الأسواق، ولا يجزي بالسيئة السيئة، ولكن يعفو ويصفح، وكان لا يدع أحدا يمشي خلفه، وكان لا يترفع على عبيده وإمائه في مأكل ولا ملبس، ويخدم من خَدَمَه، ولم يقل لخادمه أف قط، ولم يعاتبه على فعل شيء أو تركه، وكان يحب المساكين ويجالسهم، ويشهد جنائزهم، ولا يحقر فقيراً لفقره"[1]

يقول الباحث : فالنبي ﷺ كان لوحة فنية من الأخلاق الكريمة التي لا تتغير ولا تتبدل مع مرور السنين، لتبقى خالدة ماثلة للمسلمين، يتعلمون منها كل خير وطيب وجميل، كيف لا وهو قدوة المسلمين التي أمروا بإتباعها وتقليدها، ما استطاعوا إلى ذلك سبيلاً.

"وبالأخلاق يوزن الناس لا بالأشكال فالأخلاق الجميلة والسجايا النبيلة، أجمل من وسامه الوجوه وسواد العيون ورقه الخدود، لان جمال المعنى أجل من جمال الشكل[2]

ومن الأخلاق التي يُتزكى بها:

---

1 - الرحيق المختوم : صفي الرحمن المباركفوري / ص415-417 /دار الوفاء /ط2004م بتصرف

2 - حتى تكون أسعد الناس : عائض القرني/ ص66

أ **الصدق:**

قال تعالى: ﴿ **وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ** ﴾ [الأحزاب: 35]

"والصادق والصادقة هما من يتكلم بالصدق ويتجنب الكذب ويفي بما عوهد عليه "[1].

ويقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِين** ﴾ [التوبة:119]

"أي: اصدُقوا والتزموا الصدق تكونوا مع أهله وتنجوا من المهالك ويجعل لكم فرجا من أموركم، ومخرجا"[2] .

ومنه صدق القول : **(وعليكم بالصدق، فإن الصدق يهدي إلى البر، وإن البر يهدي إلى الجنة، وإن الرجل ليصدق ويتحرى الصدق حتى يكتب عند الله صديقاً)**[3]

ومنه صدق النية: **(من سأل الله تعالى الشهادة بصدق بلغه الله منازل الشهداء، وإن مات على فراشه)**[4]

ب - سلامة الصدر:

﴿**وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾ [الحشر:10]

قال الرازي عن الغل: "أي غشا وحسداً وبغضاً."[5].

ويقول تعالى: ﴿**وَلا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ [النور:22]

قال القرطبي: " أي كما تحبون عفو الله عن ذنوبكم فكذلك اغفروا لمن دونكم"[6]

---

1 - فتح القدير/ للشوكاني /ج4/ ص282

2 - تفسير القرآن العظيم/ ابن كثير / ج2/ص 526

3 - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح1971/ ج4/ ص119 / ك البر والصلة، ب ما جاء في الصدق/ حسن صحيح

4 - صحيح مسلم / مسلم / ح4823/ ج1/ ص 966/ ك الإمارة والجهاد/ ب استحباب طلب الشهادة في سبيل الله

5 - تفسير الكبير/ الرازي /ج8 / ص127

6 - الجامع لاحكام القرآن/ القرطبي /ج6 / ص501

ووصف الحق سبحانه أهل الجنة بسلامه صدورهم، وجعلها سمه بارزة لهم، فقال تعالى:﴿**وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ**﴾ [الأعراف: 43]، **وقال:** ﴿**وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ إِخْوَاناً عَلَى سُرُرٍ مُتَقَابِلِين** ﴾ [الحجر:47]

" ليس أروح للمرء، ولا أطرد لهمومه، ولا أقر لعينه من أن يعيش سليم القلب، مبرأ من وساوس الضغينة، و ثوران الأحقاد "[1].

"والقلب المبتهج يقتل ميكروبات البغضاء، والنفس الراضية تطارد حشرات الكراهية"[2] .

" فقبل أن تنام سامح الأنام، واغسل قلبك بالعفو سبع مرات وعفره الثامنة بالغفران تجد حلاوة الإيمان[3].

يقول الباحث: فسلامه الصدر تقضي على أمراض الحقد والحسد والبغضاء والضغينة التي تفتك بالنفس، فتصيبها بالسقم والعلل، فتضطرب الصحة النفسية، أما سليم الصدر فيبيت مرتاح البال، لا يفكر في معاداة الناس فيجد أثرة الطيب على صحته النفسية.

ج **الحياء** :

يقول تعالى: ﴿**فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ** ﴾ [القصص: 25]

والمعنى :" أنها مستحيية في مشيها، أي تمشي غير متبخترة ولا متثنية ولا مظهرة زينة ... والاستحياء مبالغة في الحياء"[4].

يقول محمد الغزالي: " الحياء أمارة صادقة على طبيعة الإنسان، فهو يكشف عن قيمه إيمانه ومقدار أدبه، وعندما ترى الرجل يتحرج من فعل مالا ينبغي، أو حمرة الخجل تصبغ وجهه إذا بدر منه ما لا يليق، فاعلم أنه حي الضمير، نقي المعدن، زكي العنصر... وقد أوصى الإسلام أبناءة بالحياء، وجعل هذا الخلق السامي أبرز ما يتميز به الإسلام من فضائل، قال رسول الله ﷺ : **(إن لكل دين خلقاً، وخلق الإسلام الحياء)**[5] " [6].

وامتدحت النبي ﷺ هذا الخلق الرفيع فقال :**(وما كان الحياء في شيء إلا زانه)** [7]

د - الحلم والأناة:

---

1 - خلق المسلم / محمد الغزالي /ص86

2 - حتى تكون أسعد الناس/ عائض القرني/ص30

3 - المرجع السابق / ص37

4 - انظر التحرير والتنوير/ ابن عاشور /ج10 / ص103

5 - الموطأ/ الإمام مالك / ج1 / ص532/ ح1628/ كتاب حسن الخلق/ باب ما جاء في الحياء

6 خلق المسلم / محمد الغزالي / ص158

[7] - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح1974/ ج4/ ص120/ ك البر والصلة / ب ما جاء في الفحش والتفحش

يقول تعالى: ﴿**فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيل** ﴾ [الحجر:85]

أي: " أن يصفح عمن أساء الصفح الجميل؛ أي: بالحلم والإغضاء... والمراد به حسن المخالقة، وهي: المعاملة بحسن الخلق. "[1].

ويقول تعالى: ﴿**فَاصْفَحْ عَنْهُمْ**﴾[الزخرف:89]

" والصفح عن الجهلة، والإعراض عنهم، وصف كريم، وأدب سماوي... والصفح هو الإعراض عن المؤاخذة بالذنب، قال بعضهم وهو أبلغ من العفو ... فقد بين تعالى أنه هو شأن عبادة الطيبين "[2].

ويقول تعالى: ﴿**وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين** ﴾ [آل عمران:134]

"والمراد والمتجرعين للغيظ الممسكين عليه عند امتلاء نفوسهم منه فلا ينقمون ممن يدخل الضرر عليهم ولا يبدون له ما يكره بل يصبرون على ذلك مع قدرتهم على الإنفاذ والانتقام وهذا هو الممدوح"[3].

وقد أمر الله رسولهﷺ بهذا الخلق الكريم فقال: ﴿**خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِين** ﴾ [الأعراف:199]

يقول محمد الغزالي: " ومع أن للطباع ألأصيله في النفس دخلاً كبيرا في أنصبه الناس من الحدة والهدوء،والعجلة والأناة، والكدر والنقاء، إلا أن ارتباطاً مؤكداً بين ثقة المرء بنفسه، وبين أناته مع الآخرين، وتجاوزه عن خطئهم، فالرجل العظيم حقاً، كلما حلق في أفاق الكمال اتسع صدره، وامتد حلمه، وعذر الناس من أنفسهم، والتمس المبررات لأغلاطهم "[4]

هـ - الصبر:

قال تعالى: ﴿ **وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ** ﴾ [الأحزاب: 35]

"والصابر والصابرة هما من يصبر عن الشهوات وعلى مشاق التكليف "[5] .

ويقول تعالى: ﴿**وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُور**﴾ [الشورى:43]

---

1 - انظر أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن/ محمد الأمين بن محمد المختار الجنكي الشنقيطي/ ج7/ ص315/ مكتبه ابن تيميه/ط1988م

2 - المرجع السابق /ج3 / ص174

3 - روح المعاني / الألوسي /ج2 /ص58

4 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص106

5 - فتح القدير / الشوكاني /ج4 / ص282

يقول سيد قطب: "ومجموعة النصوص في هذه القضية تصور الاعتدال والتـوازن بـين الاتجاهين؛ وتحرص على صيانة النفس من الحقد والغيظ، ومن الضعف والذل، ومن الجور والبغي وتعلقها بالله ورضاه في كل حال وتجعل الصبر زاد الرحلة الأصيل ."[1]

ويقول القرضاوي: "إن طبيعة الحياة الدنيا، وطبيعة البشر فيها، تجعلان من المستحيل أن يخلو المرء فيها من كوارث تصيبه، وشدائد تحل بساحته، فكم يخفق له عمل أو يخيب لـه أمل، أو يموت له حبيب، أو يمرض له بدن، أو يفقد منه مال.. أو ..أو.. إلى ما يفيض بـه نهر الحياة "[2].

فلا يمكن أن يصمد أمام الشدائد و الابتلاءات إلا الصابر.

" والصبر فضيلة يحتاج إليها المسلم في دينه ودنياه ... يجب أن يوطن نفسه على احتمال المكارة دون ضجر، وانتظار النتائج مهما بعدت، ومواجهه الأعباء مهما ثقلت "[3]

"والصبر من معالم العظمة وشارات الكمال، ومن دلائل هيمنه النفس على ما حولها"[4].

يقول الباحث: لذا كان خلق الصبر خصلة أصيلة في الأنبياء، وقد أوصى الله رسوله الكريمﷺ بالصبر كإخوانه أولي العزم من الرسل فقال له: ﴿**فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُوا الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ**﴾ [الأحقاف: 35]، والأمة مأمورة بالإقتداء برسولها و أخلاقه.

يقول د. سيد مرسي: "فإذا واصلت النفس رحلتها في الخير وأعمال البر والإحسان، أصبح هذا الحال ظاهرها وباطنها وفكرها وعملها، استقرت في مقام السكينة... فلا ترى غير الفضيلة مبدأ، ولا تختار غير الخير بديلاً، فأمنها مع الحق، وأملها فيه تعالى، وهنا تسمى بفضل الله النفس المطمئنة "[5]

---

1 -في ظلال القرآن/ سيد قطب /ج5 / ص3167

2 الإيمان والحياة / د. القرضاوي / ص184

3 -خلق المسلم/ محمد الغزالي/ ص128

4 - المرجع السابق/ ص131

5 - النفس البشرية /د . سيد عبد الحميد مرسي /ص113 / مكتبه وهبه /ط1 /1982م

المطلب الثاني

الاهتمام الإنسان بجسده

من أهم واجبات الإنسان تجاه نفسه المحافظة على الجسد وحمايته من الأمراض والأسقام ، وذلك بتوفيرما يحتاجه من الغذاء والشراب والكساء والدواء طلباً لسلامة الجسد وصحته ، وترتبط الصحة النفسية بالصحة الجسدية ارتباطاً وثيقاً ، فإذا مرض الجسد اختلت الصحة النفسية .

يقول تعالى: ﴿**يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِين** ﴾[الأعراف:31]

يقول سيد قطب: "يناديهم ليتمتعوا بالطيبات من الطعام والشراب دون إسراف"[1]

وقال الشوكاني: "هذا خطاب لجميع بني آدم وإن كان واردا على سبب خاص فالاعتبار بعموم اللفظ لا بخصوص السبب والزينة ما يتزين به الناس من الملبوس أمروا بالتزين عند الحضور إلى المساجد للصلاة والطواف وأمر الله سبحانه عباده بالأكل والشرب ونهاهم عن الإسراف فلا زهد في ترك مطعم ولا مشرب وتاركه بالمرة قاتل لنفسه والمقلل منه على وجه يضعف به بدنه ويعجز عن القيام بما يجب عليه القيام به من طاعة أو سعي على نفسه وعلى من يعول مخالفا لما أمر الله به وأرشد إليه والمسرف في إنفاقه على وجه لا يفعله إلا أهل السفه والتبذير مخالف لما شرعه الله لعباده واقع في النهي القرآني ...ومن الإسراف الأكل لا لحاجة وفي وقت شبع" [2].

يقول الباحث: وفي المحافظة على التوسط والتوازن في الأكل والشرب، سلامه للجسد من التخمة وأمراض المعدة والأمعاء، بسبب تعسر الهضم ، وفي التوسط صحة البدن، وقوة الجسد ونشاطه " إن صحة الأجسام وجمالها ونضرتها من الأمور التي وجه الإسلام إليها عناية فائقة، واعتبرها من صميم رسالته، ولن يكون الشخص راجحاً في ميزان الإسلام، محترم الجانب إلا إذا تعهد جسمه بالتنظيف والتهذيب، وكان في مطعمه ومشربه وهيئته الخاصة بعيداً عن الأدران المكدرة والأحوال المنفرة، وليست صحة الجسد وطهارته صلاحاً مادياً فقط، بل أثرها عميق في تزكيه النفس، وتمكين الإنسان من النهوض بأعباء الحياة، وما أحوج أعباء الحياة إلى الجسم الجلد والبدن القوي الصبور" [3].

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج3 / ص1282

[2] - فتح القدير/ الشوكاني / ج 2 / ص200

3 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص148،149

يقول الباحث: فالجسد يحتاج إلى الطعام لينمو ويقوى ويصح ولقد امتن الله على أهل قريش بهذه النعمة وأمرهم أن يعبدوه فقال: ﴿**فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ**﴾ [قريش:3 4] .

والجسد لا يستغني عن الماء، إذ أن الماء أصل الحياة لقوله تعالى: ﴿**وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ** ﴾ [الأنبياء: 30]، ولقوله: ﴿**وَاللَّهُ خَلَقَ كُلَّ دَابَّةٍ مِنْ مَاءٍ**﴾[النور: 45] فالإنسان بحاجه إلى الماء ليروي ظمأه وتبتل عروقه، وفي الحديث الدعاء عند الفطر من الصيام قال النبي ﷺ : **(ذهب الظمأ وابتلت العروق وثبت الأجر إن شاء الله)**[1]، وقال تعالى:﴿ **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا** ﴾[الأعراف: 31]

والجسد يحتاج إلى كساء، ليستر عورته و يحميه من تقلبات الجو في البرد والحر، وبحاجه إلى مسكن يأوي إليه، ويقيه من حر الصيف وشمسه المحرقة، وبرد الشتاء وريحه المؤذية، وأمطاره وبرقه ورعده، يقول تعالى: ﴿**وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَناً وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتاً تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَافِهَا وَأَوْبَارِهَا وَأَشْعَارِهَا أَثَاثاً وَمَتَاعاً إِلَى حِينٍ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلالاً وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَاناً وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ**﴾ [النحل: 80 81]

والجسد يحتاج إلى العلاج عند المرض خشيه الهلاك أو تفاقم المرض وتأخر برؤه، يقول محمد الغزالي: " وإذا وقع امرؤ في براثن المرض وجب عليه أن يعالجه حتى ينجو منه، والإسلام يرشد الناس إلى التماس الأدوية الناجعة لما يحيق بهم من آلام قال النبي ﷺ : **(إن الله أنزل الداء والدواء وجعل لكل داء دواء، فتداووا ولا تداووا بحرام)** [2].

وقال : (تداووا فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له شفاء)[3] " [4]

وكذلك يحتاج الجسد إلى النظافة الدائمة لوقايته من الإمراض والميكروبات، من خلال الأغسال الواجبة والمستحبة، يقول محمد الغزالي: " كرم الإسلام البدن، فجعل طهارته التامة أساساً لابد منه لكل صلاة وجعل الصلاة واجبه خمس مرات في اليوم، وكلف المسلم أن

---

[1] - سنن أبي داود / أبو داود السجستاني / ج2 / ص306 / ح2357/ك الصوم/ ب القول عند الإفطار

2 - سنن أبي داود / أبو داود/ ج4/ ص7/ ح3874/ كالطب/ ب في الأدوية المكروهة

3 - سنن الترمذي / الترمذي/ ح238/ ج4/ ص149/ ك الطب/ ب ما جاء في الدواء والحث عليه/حسن صحيح

4 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص155

يغسل جسمه كله غسلاً جيداً في أحيان كثيرة تلابسه غالباً، وتلك هي الطهارة الكاملة، وفي الأحوال المعتادة اكتفى بغسل الأعضاء والأطراف التي تتعرض لغبار الجو، ومعالجه شتى الأشغال، أو التي يكثر الجسم إفرازاته منها: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُؤُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُباً فَاطَّهَّرُوا**﴾ [المائدة:6] " [1]

وكذلك المحافظة على خصال الفطرة التي حث النبي ﷺ على الالتزام بها حيث قال النبي ﷺ: **(الفطرة خمس أو خمس من الفطرة:الاستحداد، والختان، وقص الشارب، ونتف الإبط، وتقليم الأظفار)** [2]، وفي توجيه نبوي آخر للنظافة والتطهر قال النبيﷺ: **(عشر من الفطرة: قص الشارب، وإعفاء اللحية، والسواك، والاستنشاق، وقص الأظفار، وغسل البراجم، ونتف الإبط، وحلق العانة، وانتقاص الماء)**[3]

يقول الباحث: وفي هذا نظافة للجسد من الزوائد المؤذية له والتي تسبب له الضرر والمرض، وهذه الخصال أطيب للنفس و أروح لها.

ويحتاج الجسد إلى الجنس الآخر لإشباع الغريزة الجنسية المفطورة فيه، وذلك عن طريق الزواج المشروع، فقال تعالى: ﴿ **فَانْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلَاثَ وَرُبَاعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ** ﴾[النساء: 3]، وجعل الزواج آية من دلائل قدرته، ليحقق المودة والرحمة والسكينة، والتوازن العاطفي والجنسي للزوجين فقال: ﴿**وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً** ﴾ [الروم: 21].

ويحتاج الجسد للراحة والنوم، فهيأ الله له الليل ليسكن ويهدأ ويرتاح فيه، قال تعالى: ﴿**اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ** ﴾[غافر: 61] ﴿**وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتاً وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاساً**﴾ [النبأ:9 10] وجعل النوم بالليل والنهار آية من آيات رحمته بالناس فقال: ﴿**وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ** ﴾ [الروم: 23].

والمحافظة على القوة البدنية من خلال ممارسه التمارين الرياضية المتنوعة والمتعددة، كالمشي والركض والقفز والسباحة والرماية وركوب الخيل وغيرها، مما يصح به

---

1 - المرجع السابق / ص149

2 - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح2756/ ج4/ص508/ ك الأدب/ ب ما جاء في تقليم الأظافر/ حسن صحيح

3 - المرجع السابق/ ح2757/ ج4/ ص509/ ك الأدب / ب ما جاء في تقليم الأظافر/حسن

الجسد، ويقوى على تحمل أعباء الحياة، ولبناء جسم قوي وسليم، حيث أن " العلاقة بين النفس والجسم علاقة تأثير متبادل، فالنفس تؤثر على الجسم والجسم يؤثر على النفس، ولا توجد صحة الجسم في معزل عن صحة النفس ولا صحة النفس في معزل عن صحة الجسم، فالجسم السليم في العقل السليم و العقل السليم في الجسم السليم... فما ينمي الجسم ينمي النفس، وما يضعف الجسم يضعف النفس، وقد أخذ علماء النفس يدعون إلى سلامة الجسم من أجل تنمية الصحة النفسية، وأخذ علماء الطب يدعون إلى تزكية النفس من أجل تنمية الصحة الجسمية، والوقاية من الأمراض وسرعه الشفاء منها"[1]

ويقول محمد الغزالي: " أن عناية الإسلام بالنظافة والصحة جزء من عنايته بقوة المسلمين المادية والأدبية، فهو يتطلب أجساماً تجري في عروقها دماء العافية، ويمتلئ أصحابها فتوة ونشاطاً فإن الأجسام المهزولة لا تطيق عبئاً، والأيدي المرتعشة لا تقدم خيراً "[2]

يقول الباحث: فإن قامت على ذلك العلاقة بين الإنسان ونفسه، فإنه يشعر بالطمأنينة والأمن النفسي،ويشعر بقدرة ومكانته، فيتقبل ذاته ويرضى عنها، ويستمتع بهذه العلاقة فيقبل على الحياة بنشاط وفاعليه، فيتقدم بنجاحاته واستعداداته الشخصية، فلا مكان عنده للإحباط أو اليأس؛ بل تعلوه سمات النشاط والأمل، فيصمد ويثبت أمام الشدائد والمحن والابتلاءات التي تواجهه في مراحل حياته المختلفة، ولديه القدرة على ضبط النفس والسيطرة عليها، فيبتعد عن التهور والزلل، ومن ثم يستشعر السعادة والسكينة، وراحة البال، وخلو النفس من الاضطراب والقلق والاكتئاب والتوتر، ويعيش الاستقرار النفسي، وسلامه الجسد من الضعف والهزل والمرض، يقول النبي ﷺ : **(من أصبح منكم آمناً في سربه، معافى في جسده ، عنده قوت يومه، فكأنما حيزت له الدنيا)**[3]

وهذه هي الصحة النفسية، والراحة والسلامة الجسدية وسيأتي التفصيل في ذلك لاحقاً عند الحديث عن الدوافع والانفعالات في الجسد.

---

[1] - السعادة وتنمية الصحة النفسية/ د. كمال إبراهيم مرسي/ ج1 / ص155

2 - خلق المسلم / محمد الغزالي/ ص154

[3] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح2346 / ج 4 / ص303 / ك الزهد/ حسن غريب

المبحث الثالث: علاقة الإنسان بالآخرين حوله

وفيه مطلبان:

المطلب الأول : علاقته بأهله وأقربائه

المطلب الثاني : علاقته بالآخرين

المبحث الثالث

علاقة الإنسان بالآخرين حوله

وهي العلاقة التي تقوم على إعطاء الآخرين حقوقهم ، فإعطاء الآخرين حقوقهم يكسب النفس رضاً وطمأنينة مما يبرز علامات الصحة النفسية، والسعادة برضا الآخرين وإقبالهم عليه.

يقول تعالى: ﴿**وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئاً وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ**﴾[النساء:36]

يقول سيد قطب: "جاءت الآية تتناول علاقات إنسانية - في المجتمع المسلم - أوسع مدى من علاقات الأسرة؛ ومتصلة بها كذلك متصلة بها بالحديث عن الوالدين ومتصلة بها في توسعها بعد علاقة الوالدين، لتشمل علاقات أخرى؛ ينبع الشعور بها من مشاعر الودود الطيبة التي تنشأ في جو الأسرة المتحابة؛ حتى تفيض على جوانب الإنسانية الأخرى؛ ويتعلمها الإنسان - أول من يتعلمها - في جو الأسرة الحاني ومحضنها الرفيق ومن هناك يتوسع في علاقاته بأسرة الإنسانية كلها؛ بعدما بذرت بذورها في حسه أسرته الخاصة القريبة ولأن في الآية توجيهات إلى رعاية الأسرة القريبة أي العائلة والأسرة الكبيرة أي الإنسانية"[1]

ويقول د نجاتي: " إن علاقته بالناس بصفه عامه، طيبه، فهو يألفهم ويحبهم، وهم كذلك يألفونه ويحبونه، إنه يعاملهم بالحسنى والمودة، ويمد يد العون والمساعدة إليهم، إنه دائماً صادق في أقواله لهم، وأمينا في تعامله معهم، فهو لا يكذب ولا يغش، إنه لا يؤذي أحداً، ولا يحمل في نفسه حقداً لأحد، أو كراهية، أو حسداً، إنه متواضع لا يتعالى على الناس، ولا يتكبر عليهم، إنه يقدر جيداً دوافع الناس الآخرين ومشاعرهم وانفعالاتهم، ويحترم آراءهم وحقوقهم، ويعفو عن المسيء منهم عند المقدرة، إنه يشعر بالمسؤولية نحو المجتمع، ويعمل دائماً على ما فيه مصلحته وتقدمه ورقيه، يميل للإيثار، ويكره الأثرة"[2]

فإذا كانت هذه علاقته بالناس عامه، فلابد أن تكون علاقته بأهله في درجه أرقى، نظراً للمشاعر الجياشة تجاههم، والصلة المتميزة التي تجمعه بهم .

ويرى الباحث أن ما قاله د نجاتي من أجمل ما يمكن قوله في العلاقة بين الإنسان ومن حوله، ولاشك أن من توفرت فيه هذه العلاقة مع الناس، فهو من أسعد الناس، وأعلاهم شأناً ومحبه في قلوب الآخرين، فتظهر على محياه علامات الصحة النفسية، لان" من صفت

---

1 -في ظلال القرآن / سيد قطب / ج2 / ص658

2 - الحديث النبوي و علم النفس /د محمد نجاتي / ص303

نفسه بالتقوى، وطهر فكرة بالإيمان، وصقلت أخلاقه بالخير نال حب الله وحب الناس"[1]

وهذه هي السعادة الحقيقية أي: حب الله وحب الناس.

ويرى الباحث أن علاقة الإنسان بمن حوله تنقسم إلى قسمين وهما: علاقته بأهله وأقربائه ، وعلاقته بالآخرين لذا جعلها في مطلبين وهما :

المطلب الأول : علاقته بأهلة وأقربائه.

المطلب الثاني : علاقته بالآخرين.

1 - حتى تكون أسعد الناس / عائض القرني / ص25

المطلب الأول

علاقته بأهله وأقربائه

قال تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ**﴾[التحريم:6]

يقول سيد قطب: "إن تبعة المؤمن في نفسه وفي أهله تبعة ثقيلة رهيبة فالنار هناك وهو متعرض لها هو وأهله، وعليه أن يحول دون نفسه وأهله ودون هذه النار التي تنتظر هناك وعلى المؤمن أن يقي نفسه وأن يقي أهله من هذه النار وعليه أن يحول بينها وبينهم قبل أن تضيع الفرصة ولا ينفع الاعتذار."[1]

" وعلاقه الإنسان بأسرته على وجه عام، علاقة طيبه، فهو يحب زوجته ويحترمها ويعاملها معامله حسنه، ويحب أولادة ويعطف عليهم ويراعي شؤونهم، ويحسن تربيتهم وتأديبهم وتعليمهم، كما أنه يحب والديه ويحترمهما، ويعطف عليهما، ويحسن معاملتهما، ويصل رحمه "[2] .

وسيتناول الباحث علاقة الإنسان بوالديه، وزوجه، وأبنائه، وأقربائه

أولاً: بر الوالدين:

أصل العلاقة بين الإنسان ووالديه تقوم على الوفاء بحقوقهما من البر والإحسان.

يقول تعالى: ﴿**وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاهُمَا فَلا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلاً كَرِيماً**﴾[الإسراء:23]

" ووَجه ذكر الإحسان إلى الوالدين بعد عبادة الله سبحانه أنهما السبب الظاهر في وجود المتولد بينهما وفي جعل الإحسان إلى الأبوين قرينا لتوحيد الله وعبادته من الإعلان بتأكد حقهما والعناية بشأنهما ما لا يخفى وهكذا جعل سبحانه في آية أخرى شكرهما مقترنا بشكره فقال ﴿ **أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ** ﴾ [لقمان: 14] "[3] .

ويقول سيد سابق: " تضمنت الآيات:

1- الأمر بالإحسان إلى الوالدين مقابل إحسانهما إلى الولد، وجزاء فضلهما عليه، واقترن ذلك بالأمر بالعبادة.

---

1 - في ظلال القرآن/ سيد قطب /ج6 /ص3618 بتصرف

2 - نفس المرجع السابق / ص304

3 - فتح القدير/ الشوكاني /ج3 / ص218

2 والنهي عن نهرهما بغلظة، وزجرهما بخشونة، وعن كل ما يُتضجر منه، وإن كان بكلمه أف، الدالة على الضجر والتبرم، وإذا كان كلمه أف منهياً عنها فما بالك بغيرها! .

3 وعلى الأولاد أن يتخيروا في مخاطبه آبائهم أجمل الكلمات، وألطف العبارات، وأن يكون قولهم كريماً، لا يصاحبه شيء من العنف، وهذا النهي ليس خاصاً بالكبر، وإنما نهي عام في جميع الأحوال، وذكر هذه الحالة في الآية الكريمة لأنها الحالة التي يقع فيها عادة ما يُتضجر به.

4 وعليهم أن يتذللوا لآبائهم ويخفضوا جناح الذل لهم رحمه بهم، وتعطفاً عليهم.

5 ومن حقهم كذلك أن يدعو لهم الله، أن يظلهم برحمته التي وسعت كل شيء، وأن يقول الولد في دعائه لوالديه: ﴿ **رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيراً** ﴾ **[**الإسراء:24**]** "[1]ويقول تعالى: ﴿**وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئاً وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً**﴾ ﴿النساء: 36]

"واعلم أنه تعالى قرن إلزام بر الوالدين بعبادته وتوحيده في مواضع :

أحدها : في هذه الآية وثانيها : قوله : ﴿**وَقَضَى رَبُّكَ أَلا تَعْبُدُوا إلا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَـــانًا** ﴾ [الإسراء : 23] وثالثها : قوله : ﴿**أَنِ اشْكُرْ لِى وَلِوَالِدَيْكَ إِلَىَّ الْمَصِيرُ**﴾ [لقمان : 14] وكفى بهذا دلالة على تعظيم حقهما ووجوب برهما والإحسان إليهما. ومما يدل على وجوب البر إليهما قوله تعالى : ﴿**فَلا تَقُل لَّهُمَآ أُفٍّ وَلا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلا كَرِيمًا**﴾ [الإسراء : 23] وقال : ﴿**وَوَصَّيْنَا الانسَـــانَ بِوَالِدَيْهِ حُسْنًا** ﴾ [العنكبوت:8]"[2]

وقال تعالى:﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حُسْناً** ﴾﴿العنكبوت:8﴾

"يقول تعالى آمرا عباده بالإحسان إلى الوالدين بعد الحث على التمسك بتوحيده، فإن الوالدين هما سبب وجود الإنسان، ولهما عليه غاية الإحسان، فالوالد بالإنفاق والوالدة بالإشفاق؛ ولهذا قال تعالى: ﴿**وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاهُمَا فَلا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلاً كَرِيماً**﴾[الإسراء:23**]**

ومع هذه الوصية بالرأفة والرحمة والإحسان إليهما في مقابله إحسانهما المتقدم"[3]

يقول الباحث: وقد أكد القرآن الكريم على أهميه العلاقة الطيبة مع الوالدين، وبالغ في التركيز على العلاقة الحميمة والتوصية بالإحسان المستمر والدائم بالوالدة، لما عانت وقدمت وأسدت من الخير، ولضعفها، وحاجتها لولدها خاصة في مرحله الكبر والشيخوخة فقال

---

1 - إسلامنا / سيد سابق / ص243

2 - التفسير الكبير/ الفخر الرازي /ج3 / ص219

3 - تفسير القرآن العظيم/ ابن كثير /ج3 / ص489

تعالى: ﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ**﴾[لقمان:14]، وقال: ﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَاناً حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهاً وَوَضَعَتْهُ كُرْهاً وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْراً حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ**﴾[الاحقاف:15]

يقول الباحث : يتبين من الآيات أن الله أمر الإنسان أن يبر والديه ويحسن إليهما وقرن ذلك بعبادته في أكثر من موضع في القرآن الكريم، ليبين أن أولى الناس بحسن العلاقة والطاعة في المعروف هما الوالدان، سئل النبيﷺ: **(من أحق الناس بحسن صحابتي؟ قال: أمك ، قال : ثم من : قال : أمك، قال: ثم من؟ ، قال : أمك ، قال ثم من؟ ، قال : أبوك)**[1]

ولو لم يُوجب الله على الإنسان بر والديه، لكان من الواجب عليه رد الجميل لمن أحسن إليه، وكان سبباً في وجودة، فكيف إذا أوجب الله برهما والإحسان إليهما .

يقول أبو بكر الجزائري: " يؤمن المسلم بحق الوالدين عليه وواجب برهما وطاعتهما والإحسان إليهما، لا لكونهما سبب وجودة فحسب، أو لكونهما قدما له من الجميل والمعروف ما وجب معه مكافأتهما بالمثل؛ بل لأن الله عز وجل أوجب طاعتهما، وكتب على الولد برهما والإحسان إليهما، حتى قرن ذلك بحقه الواجب له من عبادته وحدة دون غيره فقال: ﴿**وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاهُمَا فَلا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلاً كَرِيماً**﴾[الإسراء:23] ﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ**﴾[لقمان:14]"[2].

"إن حق الوالدين على الولد هو من أجَل الحقوق وأعظمهما بعد حق الله سبحانه، لأن الله إذا كان هو الخالق الحقيقي، فإن الوالدين هما مصدر هذا الخلق وسببه المباشر، ولأنهما بذلا من التضحيات والجهود من أجل تربيه الأولاد وإعدادهم للحياة ما يستحقان المكافأة عليه، وهذه الحقوق الواجبة على الأولاد لآبائهم، تتمثل في بر الآباء، والإحسان إليهم، والأدب معهم، وطاعتهم في المعروف."[3]

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 6395 / ص1262 / ك البر والصلة والآداب / ب بر الوالدين

2 - منهاج المسلم / أبو بكر الجزائري /ص89/ دار إحياء الكتب العربية /ط3

3 - إسلامنا / سيد سابق /ص242 .

يرى الباحث أن المؤمن يحسن لوالديه طاعة وقربه إلى الله، ثم لرد الجميل كحق لهما على ما قدماه له في حياته، لذا تبدوا عليه علامات البشر والرضا بحسن العلاقة ببر الوالدين وصلتهما والإحسان إليهما قولاً وعملاً، وتعهده لزيارتهما، وطاعتهما بالمعروف، وطلب رضاهما، وتواضعه وخفض جناحه لهما ، ولين كلامه وتأدبه معهما، وسعادته بالتودد والتحبب لهما، والاستماع والإنصات لحديثهما، والإقبال عليهما بجوارحه، وعدم مقاطعتهما في حديثهما، وتقبيل أيديهما ورأسهما، وفرحه بإدخال السرور إلى قلبيهما، هذا كله يشعر الإنسان بالسعادة وانشراح الصدر ، والرضا عن النفس وعلاقتها بوالديه.

وأما عقوق الإنسان وتقصيره بحق الوالدين، أو الإساءة إليهما، يشعره بالتعاسة والشقاء، وضيق الحال،وعدم التوفيق، قال تعالى: ﴿**وَبَرّاً بِوَالِدَيْهِ وَلَمْ يَكُنْ جَبَّاراً عَصِيّاً**﴾ **[مريم:14]** ﴿ **وَبَرّاً بِوَالِدَتِي وَلَمْ يَجْعَلْنِي جَبَّاراً شَقِيّا**﴾[مريم:32]

فعدم بر الوالدين وعقوقهما تجبر وشقاء ومعصية، فالعاق لا يشعر بالسعادة ولا الطمأنينة، ويحرم من التمتع بالصحة النفسية، فيعيش في قلق واضطراب وضيق ونكد وضنك مستمر، وينال ببر والديه رضى الله، ثم رضاهما وبركه دعائهما قال النبي ﷺ: **(رضى الرب في رضى الوالد، وسخط الرب في سخط الوالد)[1].**

ثانياً: العلاقة الزوجية:

والسعادة في العلاقة الزوجية لا تقوم ولا تستمر ولا تستقر إلا إذا قامت على أداء الواجبات ورد الحقوق وحسن المعاملة والمعاشرة بين الزوجين ، والسكن إلى الآخر.

قال تعالى: ﴿**هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا**﴾[الأعراف: 189]

يقول سيد قطب: " والأصل في التقاء الزوجين هو السكن والاطمئنان والأنس والاستقرار ليظلل السكون والأمن جو المحضن الذي تنمو فيه الفراخ الزغب، وينتج فيه المحصول البشري الثمين ."[2]

وما أجمل معاملة السيدة خديجة بنت خويلد رضي الله عنها لرسول الله عندما عاد إليها يرتجف من نزول الوحي علية في غار حراء فقالت له: **(كلا، والله ما يخزيك الله**

---

[1] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح1899 / ج4 /ص 28 / ك البر والصلة / ب ما جاء في الفضل في رضى الوالدين/ صحيح

2 في ظلال القرآن / سيد قطب /ج3 /ص1412

أبدًا، إنك لتصل الرحم، وتحمل الكل، وتكسب المعدوم، وتقرى الضيف، وتعــين علـــى نوائب الحق)[1].

ويقول الباحث: فهذه الكلمات تبين مدى توفير الراحة النفسية لرسول الله من زوجه السيدة خديجة، ودور المرأة في تخفيف الهموم والابتلاءات على زوجها، وإكسابه الثقة بنفسه لمواجهه الصعاب والشدائد، لذا كان من أهم القرارات التي يتخذها الإنسان في حياته قرار اختيار شريك الحياة، الذي تقوم علية سعادته معه أو شقاؤه في مشوار العمر.

يقول تعالى : ﴿**وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون** ﴾[الروم:21]

" أي ومن علاماته ودلالاته الدالة على البعث أن خلق لكم من أنفسكم أزواجًا من جنسكم في البشرية والإنسانية ... تألفوها وتميلوا إليها فإن الجنسين المختلفين لا يسكن أحدهما إلى الآخر ولا يميل قلبه إليه وجعل بينكم ودادا وتراحما بسبب عصمة النكاح يعطف به بعضكم على بعض من غير أن يكون بينكم قبل ذلك معرفة فضلاً عن مودة ورحمة"[2] .

يرى الباحث إن من مؤشرات السعادة والاستقرار النفسي لدى الزوجين يتمثل في حسن المعاشرة، والحب المتبادل، وقبول واحترام الآخر، والتوافق في المعيشة، والصبر على بعضهما البعض، وتبادليه أداء الواجبات والاعتراف بالحقوق، وتقاسم الأدوار في الحياة.

وأن يتعامل الزوجان بأنهما سكناً وأنساً لبعضهما البعض، ويؤسسان بيتهما على المودة والرحمة، وهذا لا يكون إلا على أساس اختيار كل من الزوجين لصاحبه على أساس الدين والخلق القويم .

ولكي تعم السعادة الزوجية والراحة النفسية للزوجين، وتتجلى سمات البيت السعيد، لابد أن يقوم على أداء الواجبات، وإعطاء الحقوق بينهما بالحب والمودة والرضا ومنها ما يلي:

1 - المعاشرة بالمعروف: لقوله تعالى:﴿**وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ** ﴾[النساء: 19] وتكون بانتقاء الزوجين أطيب الكلمات وألطفها في حديثهما لبعضهما البعض يقول النبيﷺ: **(إن من أكمل المؤمنين إيماناً أحسنهم خلقاً، وألطفهم بأهله)**[3]، يقول تعالى: ﴿**وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا**

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح 2/ ج1/ ص6/ ك بدء الوحي/ ب كيف كان بدء الـوحي إلـى رسول الله

2 - فتح القدير / الشوكاني /ج4 /219

[3] - سنن الترمذي / الترمذي/ ح2612/ ج4/ ص436/ ك الإيمان/ ب ما جاء في استكمال الإيمان وزيادته ونقصانه/صحيح

الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ﴾ **[**الإسراء: 53**]** فالكلمة الطيبة تجمع القلوب وتؤلف بينها وتشعر بالرضا والراحة النفسية خاصة بعبارات المدح والثناء الصادق ، ويحرصا على أن لا يسمع أحدهما الآخر من الكلام القبيح الذي يؤذيه، لما فيه من تعكير لصفو النفوس، واستفزاز للمشاعر وزرع الكراهية والبغضاء بين الزوجين فتصبح الحياة لا تطاق ويبرز النفور والشقاق وهذا يجلب الشقاء والتعاسة للحياة الزوجية.

2 - مساعدة الآخر في الأمور المعيشية: فقد كان النبي في مهنه أهله، والمشاركة في تربيه الأبناء، وأعباء البيت، فالرجل يهيأ المسكن المناسب، ويوفر الطعام والشراب والكساء وما يتعلق بالنفقات البيتية، والزوجة تسمع وتطيع لزوجها، وتحافظ على ماله وولده وعرضه، وتخدمه في بيته، وتصلح من شأنه.

3 الصبر على الزوج : وهو أن يصبر الزوجان على بعضهما البعض، فما من إنسان كامل، فالزوج يصبر على زوجته أن رأى منها شيئاً يكرهه يقول النبي ﷺ : **(لا يفرك مؤمن مؤمنه إن كرة منها خلقاً رضي منها آخر)**[1] .

وكذا الزوجة، خاصة في الأمور المعيشية عندما لا يستطيع الزوج توفير احتياجات البيت، لقلة ذات اليد،أو عدم توفر فرصه عمل له، أو كضائقة تقع ببلادة - كما يمر به الكثير من الشعب الفلسطيني بسبب الحصار الظالم والمطبق، وتدمير مصادر الرزق المختلفة، كالمصانع و المزارع ومنع متطلبات البناء والأعمار - وهذا كله يحدث اضطرابات في حياة الزوجية، فيثير القلق والتوتر والتشاحن، فهنا يبرز دور الزوجة في صبرها على زوجها، لذا على الزوجة أن تكون صالحه صابرة تحفظ الود والمعروف، قال تعالى: ﴿**فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ** ﴾[النساء: 34].

4 الملاطفة والمداعبة :ومن سعادة الزوجين الملاطفة والمداعبة والرقة،وإدخال السرور لقلب الآخر، والبعد عن مظاهر الاستفزاز والكلام القبيح.

5 احترام والدي الزوجين: وهو إكرام واحترام وتقدير والدي الزوجين، وإنزالهم منزلهم، لأنه يشعر باحترام وإكرام الزوج لزوجه.

6 - مراعاة الحالة النفسية والمزاجية: التي يتقلب فيها الزوجين عامه، و خاصة أيام الحيض والنفاس التي تمر بهما الزوجة.

7 التشاور بين الزوجين: أي المشورة في بعض الأمور والمشاركة في الرأي، لما فيها من شعور بالمكانة والاحترام والتقدير للآخر.

---

[1] - صحيح مسلم/ الإمام مسلم/ ح3538/ ج1/ ص 696/ ك الرضاع/ ب الوصية بالنساء/ يفرك: يبغض

8 - تزين الزوجين لبعضهما: ومن التزين والتجمل: الاغتسال، والتطيب، ولبس الثياب النظيفة والجميلة، وتنظيف الأسنان، والالتزام بسنن الفطرة لما فيها من تطييب للنفوس.

ويرى الباحث أن العلاقة الزوجية إذا قامت على هذه الأسس، تحقق فيها السكن والمودة والرحمة كما في قوله تعالى : ﴿**وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون** ﴾[الروم:21]، فتظهر علامات الصحة النفسية على الزوجين وترفرف السعادة على بيت الزوجية، فينعم بالاستقرار النفسي والحب المتبادل والاستمرارية في المودة والرحمة بين الزوجين، وهذا له انعكاساته الطيبة والجميلة على الأبناء أيضاً .

ثالثاً: علاقته بأبنائه:

ولكي تكون علاقة الإنسان بأبنائه طيبه، لابد أن تقوم على أساس الدين، من خلال تنشئتهم تنشئه إسلاميه تصحيحه، وتربيه إيمانيه صادقه تؤسس لعلاقة سليمة معهم قال تعالى: ﴿**أَفَمَنْ أَسَّسَ بُنْيَانَهُ عَلَى تَقْوَى مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٍ خَيْرٌ أَمْ مَنْ أَسَّسَ بُنْيَانَهُ عَلَى شَفَا جُرُفٍ هَارٍ فَانْهَارَ بِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ** ﴾ [التوبة: 109].

ويرى الباحث أن هذه العلاقة لابد أن تنشأ مع الولد منذ نعومة أظفاره، بل قبل ميلاده، كاختيار الزوجة الصالحة القانتة، والتسمية والدعاء عند الجماع، وعند الميلاد يؤذن له في أذنه اليمنى، ويُقيم في أذنه اليسرى، والتأسي بالنبي ﷺ في ما يستطيع من سنن وآداب الميلاد، وكذلك إطعامهم وكسوتهم من حلال،وتعهدهم بالتربية والتوجيه والنصح والإرشاد، مستخدما أسلوبًا يشعر الولد بحرصه عليه وهذا كله يتمثل بإعطاء الأبناء حقوقهم كما بينه القرآن الكريم ووضحته السنة المطهرة.

يقول سيد سابق: " الأبناء أمانه وضعها الله بين أيدي الآباء، وهم مسئولون عنها، فإن أحسنوا إليهم بحسن التربية، كانت لهم المثوبة، وإن أساءوا تربيتهم استوجبوا العقوبة... والأبناء يخلقون مزودين بقوى فطريه تصلح أن توجه للخير، كما تصلح أن توجه للشر، وعلى الآباء أن يستغلوا هذه القوى ويوجهونها وجهه الخير ويعودوهم العادات الحسنه، حتى ينشأ الطفل خيراً ينفع نفسه وينفع أمته، ولا يفرق بين الذكور والإناث في التربية، فلكل من الجنسين الحق في حسن التربية، والأخذ بأسباب التأديب ووسائل التهذيب؛ لتكمل إنسانيته، ويستطيع النهوض بالأعباء الملقاة على عاتقه"[1].

---

1 - / إسلامنا / سيد سابق / ص236،237 بتصرف

ويرى الباحث أن أسلوب التربية الصحيحة والسليمة والتوجيه الحسن بينه القرآن الكريم في نصائح لقمان الحكيم لابنه حيث يقول تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لابْنِه وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لا تُشْرِكْ بِاللَّه إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْه حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ وَإِنْ جَاهَدَاكَ عَلَى أَنْ تُشْرِكَ بِي مَا لَيْسَ لَكَ بِه عِلْمٌ فَلا تُطِعْهُمَا وَصَاحِبْهُمَا فِي الدُّنْيَا مَعْرُوفاً وَاتَّبِعْ سَبِيلَ مَنْ أَنَابَ إِلَيَّ ثُمَّ إِلَيَّ مَرْجِعُكُمْ فَأُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ، يَا بُنَيَّ إِنَّهَا إِنْ تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَاوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ، وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ**﴾[لقمان:13 -19].

قال ابن عاشور: " وقد جمع لقمان في هذه الموعظة أصول الشريعة وهي : الاعتقادات، والأعمال، وأدب المعاملة، وأدب النفس"[1] .

ويرى الباحث أن هذه الآيات القرآنية جاءت شامله لجميع معاني التربية وحسن العلاقة بين الأب وولده ففيها:

1- التوجيه بالالتزام العقدي بالتوحيد الخالص في قوله تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لابْنِه وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لا تُشْرِكْ بِاللَّه إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ**﴾[لقمان:13].

2- حسن العلاقة بالوالدين والإحسان إليهما وشكرهما وهو خلق إسلامي رفيع في قوله تعالى: ﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْه حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنِ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ**﴾[لقمان:14].

3- غرس خشيه الله ورقابته في السر والعلانية في قوله تعالى: ﴿**يَا بُنَيَّ إِنَّهَا إِنْ تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ أَوْ فِي السَّمَاوَاتِ أَوْ فِي الْأَرْضِ يَأْتِ بِهَا اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَطِيفٌ خَبِيرٌ**﴾[لقمان:16].

4- الحث على العبادة والتي منها الصلاة، والدعوة إلى الله بالأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، والصبر على ذلك، لينشأ الولد متسلحاً بالإيمان متبصراً في طريقه وحياته في قوله تعالى: ﴿**يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَى مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ**﴾[لقمان:17].

[1] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج10 / ص154

5 - التوجيه للتخلي عن الأخلاق الذميمة كالتكبر،والتحلي بالأخلاق الحميدة كالتواضع وعدم رفع الصوت في قوله تعالى: ﴿**وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ**﴾[لقمان:18 19].

فهي إذاً وصايا واضحة لأولياء الأمور في توجيههم وعلاقتهم مع أبنائهم، فيقوا أبناءهم من عذاب النار كما قا تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلائِكَةٌ غِلاظٌ شِدَادٌ لا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُون** ﴾ [التحريم:6].

"ووقاية النفس والأهل من النار تكون بالتعليم والتربية، وتنشئتهم على الأخلاق الفاضلة، وإرشادهم إلى ما فيه نفعهم وفلاحهم"[1].

وعلاقة الوالد بأبنائه تكون بتربيهم، والتربية كلمه شامله المقصود منها:

"إعداد الطفل بدنياً وعقلياً وروحياً؛ حتى يكون عضواً نافعاً لنفسه ولأمته.

والمقصود بالإعداد البدني تهيئه الطفل ليكون سليم الجسم، قوي البنية بعيداً عن الأمراض والعلل التي تشل حركته وتعطل نشاطه.

وإعداده عقلياً بأن يهيأ كي يكون سليم التفكير، قادراً على النظر والتأمل، ويحسن الحكم على الأشياء.

وإعداده روحياً بأن يكون جياش العواطف، ينبسط للخير ويفرح به، ويحرص عليه، وينقبض عن الشر ويضيق به ويفر منه."[2]

وفي السنة النبوية توجيهات نبوية تربويه متنوعة ومنها:

أن يحثهم على الصلاة وهم صغار، يقول النبي ﷺ : **(مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر، وفرقوا بينهم في المضاجع)** [3] ، **ويقول: (علموا الصبي الصلاة ابن سبع سنين، واضربوه عليها ابن عشر)**[4] .

---

1 - إسلامنا / سيد سابق/ ص236

2 - المرجع السابق / ص237،238

3 - سنن أبي داود / أبو داود السجستاني/ ح495/ ج1/ ص 133/ ك الصلاة/ ب متى يؤمر الغلام بالصلاة

4 - سنن الدارمي/ الدارمي/ ح1431/ ج1/ ص 359/ ك الصلاة/ ب متى يؤمر الصبي بالصلاة/صحيح

وأن يعلمهم الآداب الإسلامية يقول النبي ﷺ : **(يا غلام سم الله تعالى وكل بيمينك، وكل مما يليك)**[1]

وأن يغرس في قلوبهم العقيدة السليمة، واستشعار رقابه الله، يقول النبي ﷺ : **(احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تجاهك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله)**[2].

ويرى الباحث أن القيام بهذه الواجبات وإعطاء الحقوق للأبناء تُشعر الآباء بالراحة النفسية، والرضا عن تربية الأولاد ومستقبلهم، مما يُبرز علامات الصحة النفسية على الوالدين.

رابعاً:العلاقة بذوي القربى :

وأصل العلاقة بذوي القربى تقوم على حقهم من الصلة بالإحسان وعدم القطيعة والهجران.

يقول تعالى: ﴿**وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئاً وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى**﴾ [النساء: 36]

قال ابن كثير: " عطف على الإحسان إلى الوالدين الإحسان إلى القرابات من الرجال والنساء"[3].

وقال الألوسي: وبذي القربى "أي بصاحب القرابة من أخ وعم وخال وأولاد كل ونحو ذلك"[4]

ويرى الباحث أن العلاقة بذوي القربى تقوم على أساس حقوقهم من البر والصلة والإحسان، كتعهدهم بالزيارة، والنصيحة، وصله الرحم لإخوانه وأخواته، وأعمامه وعماته، وأخواله وخالاته، وكل أرحامه، وحل مشاكلهم، وقضاء حوائجهم، ومد يد العون والمساعدة للمعوزين منهم، وإسداء الخير لهم، ودعوتهم إلى الله وهدايتهم إلى الإسلام، والصبر على مسيئهم ومقصرهم وجاهلهم، وهذه العلاقة الطيبة مع الأقرباء تسعد القلب وتفرحه، فيحدث الارتياح النفسي عند اللقاء و المجالسة والمعاملة.

وقد جاء رجل إلى النبي ﷺ فقال : **(يا رسول الله إن لي قرابة أصلهم ويقطعوني، وأحسن إليهم و يسيئون إلي، وأحلم عنهم ويجهلون على، فقال لئن كنت كما قلت، فكأنما تسفهم**

---

1 - صحيح مسلم/ الإمام مسلم/ ح5376/ ص509/ ك الأطعمة/ ب التسمية على الطعام والأكل باليمين

2 - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح2516 / ج 4 / ص 381 / ك صفة يوم القيامة والرقائق و الورع/ حسن صحيح

3 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير /ج1 / ص652

4 - روح المعاني/ الألوسي /ج3 / ص28

الملل، ولا يزال معك من الله ظهير عليهم ما دمت على ذلك) [1] فانظر كيف وَجه النبي ﷺ هذا الصحابي الجليل في تعامله مع أقربائه المسيئين فكيف بالمحسنين.

وقد وجه النبي ﷺ أبا طلحه ﷺ لإنفاق صدقته على أقاربه و أبناء عمومته عندما استشارة في تصدقه ببستانه وكان أبو طلحه أكثر الأنصار بالمدينة مالاً من نخل، وكان أحب أمواله بيرحاء، وكانت مستقبله المسجد، وكان رسول الله ﷺ يدخلها، ويشرب من ماء فيها طيب، فلما نزلت هذه الآية : ﴿ **لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّون** ﴾[آل عمران:92] **قام أبو طلحه إلى رسول الله ﷺ فقال: (يا رسول الله إن الله تبارك وتعالى يقول:** ﴿ **لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ** ﴾ [آل عمران:92] **وإن أحب مالي إلي بير حاء، وإنها صدقه لله تعالى، أرجو برها وذخرها عند الله تعالى، فضعها يا رسول الله حيث أراك الله، فقال رسول الله ﷺ : بخ، ذلك مال رابح، ذلك مال رابح، وقد سمعت ما قلت، وإني أرى أن تجعلها في الأقربين، فقال أبو طلحه: أفعل يا رسول الله، فقسمها أبو طلحه في أقاربه وبني عمه)** [2]

وهذا ليبني النبي ﷺ بين المسلمين وأقربائهم علاقة تقوم على الكرم والإحسان وسعه الصدر، وعدم التعامل معهم بالقطيعة بل بالحب والصلة، يقول تعالى: ﴿**وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾[فصلت:34]

ويرى الباحث أن علاقة الإنسان بأهله هي من أهم العلاقات الاجتماعية والدينية، ونجاح هذه العلاقة على قدر تضحية الإنسان، وبذله الخير لهم، والتجاوز عن مسيئهم، والثناء على محسنهم، لأن سوء العلاقة معهم يجلب كدر العيش، وينغص الحياة، ويقطع الوشائج، ويجلب غضب الله ولعنته قال تعالى: ﴿**فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعْمَى أَبْصَارَهُمْ**﴾[محمد:22 23] ، وأما بأداء الحقوق لأهله والصبر عليهم، واحتمال أذاهم، والإحسان إليهم، وصلتهم بالمعروف، فيكسب ودهم واحترامهم، وتقوى العلاقة بهم على أساس من الحب والصلة الحسنه، فتبرز عليه علامات ومؤشرات الصحة النفسية

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 6420 / ج1 /ص1267/ ك البر والصلة / ب صلة الرحم وتحــريم قطيعتها

[2] صحيح مسلم / الإمام مسلم/ ح2204/ ص455/ ك الزكاة/ ب النفقة وفضل الصدقة على الآخرين

المطلب الثاني
علاقته بالآخرين

تقوم علاقة الإنسان بغيره من الناس على الإيفاء بحقوقهم وبذل الخير وإسداء المعروف لهم. يقول تعالى:﴿**وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ**﴾[النساء: من الآية36**]**

والإنسان بطبيعته الفطرية يأنس بمن حوله من الناس، ويرغب في مجالستهم ومخالطتهم والحديث معهم، فالإنسان لا يستطيع أن يعيش منعزلاً عن الناس، بل يعيش في مجتمع يضج بالناس، والمجتمع فيه ضعفاء الناس من المحتاجين، والجيران، والأصحاب وغيرهم،وهو يتودد إليهم ويجاملهم ويلاطفهم، وينسج معهم علاقة حسنه ليألفهم ويألفوه.

أولاً:علاقته بضعفاء الناس :

إن لضعفاء الناس حقوقاً كثيرة على الإنسان - المادية والمعنوية - وإن في سعادتهم وإدخال السرور إلى قلوبهم ، وتفريج كروبهم والإحسان إليهم طاعة لله ورضاً عن النفس.

قال تعالى: ﴿**وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ**﴾[النساء: 36**]**

فقوله تعالى: ﴿ **وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ**﴾[النساء: 36] ، ﴿**وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ**﴾ [النساء: 36]

فهو يرفق باليتامى والمساكين وابن السبيل وملك اليمين ويحسن إليهم، ويسدي لهم الخير، ولا يمنعهم حقهم من الصدقة أو الزكاة، فهم إخوانه في الإنسانية إن لم يكونوا في الدين، وقد حث القرآن الكريم في مواضع عديدة على رعاية واهتمام المسلمين بهذه الشريحة من المجتمع المسلم، وجعلها من القربات التي تنجي الإنسان يوم القيامة ،قال تعالى:﴿**فَلا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ فَكُّ رَقَبَةٍ أَوْ إِطْعَامٌ فِي يَوْمٍ ذِي مَسْغَبَةٍ يَتِيماً ذَا مَقْرَبَةٍ أَوْ مِسْكِيناً ذَا مَتْرَبَةٍ**﴾[البلد:11 - 16].

إن أهم واجب إنساني تجاه الضعفاء من الناس - كاليتامى والمساكين والخدم وملك اليمين والمنقطع في السبيل - التلطف بهم ، والعمل على تخفيف همومهم ومصائبهم، ورفع الظلم عنهم، وإسداء الخير والمعروف لهم، وإدخال السرور إلى قلوبهم .

وقد مدح الله من أحسن وأعطى لهؤلاء الضعفاء كرامه العيش ومد يد العون إليهم، فقال تعالى: ﴿**وَفِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ**﴾**[الذاريات:19]، وقال:** ﴿**وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ مِسْكِيناً وَيَتِيماً وَأَسِيراً**﴾[الإنسان:8] وقال: ﴿**فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلا تَقْهَرْ وَأَمَّا**

السَّائِلَ فَلا تَنْهَرْ﴾[الضحى:9 10]، وقال: ﴿ **وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ** ﴾ [البقرة: 177]

وكذا حضت السنة النبوية على هذه الاهتمامات والمشاعر والأحاسيس الإيمانية ومنها:

قول النبي ﷺ: **(أنا وكافل اليتيم في الجنة هكذا وأشار بأصبعه السبابة و الوسطى)**[1]

ويقول: **(الساعي على الأرملة والمسكين، كالمجاهد في سبيل الله)**[2] ، ويقول النبي ﷺ : **(ابغوني الضعفاء، فإنما ترزقون وتنصرون بضعفائكم)**[3]

فان سادت هذه المعاني في نفس إنسان سكنت قلبه روح المحبة والسعادة، ونمت داخله مشاعر البر والعطف، وشعر بلذة طعم الراحة، ودفء العلاقة، ونعمه الأنس بإدخال السرور والفرح على ضعفاء المسلمين، ونَعِم بدعائهم وحبهم

ثانياً:علاقته بالجيران :

قال تعالى: ﴿ **وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ**﴾[النساء: 36]

فقوله تعالى: ﴿**وَالْجَارِ الْجُنُبِ**﴾[النساء: 36]

"والمراد من يصدق عليه مسمى الجوار مع كون داره بعيدة وفي ذلك دليل على تعميم الجيران بالإحسان إليهم سواء كانت الديار متقاربة أو متباعدة وعلى أن الجوار حرمة مرعية مأمور بها"[4].

ويرى الباحث أن العلاقة بالجيران تقوم على حسن الجوار، واحتمال الأذى منه، وعدم إيذائه أو الإساءة له، والترفق به، والتودد إليه، وتفقده من حين لآخر، ومبادأته بالتحية والسلام والمصافحة، وزيارته في المناسبات السعيدة، وعيادته في مرضه، وتعزيته في مصيبته، وإدخال السرور عليه وعلى أهل بيته، والمحافظة على بيته وعرضه، وستر عورته، والتلطف بولده ووالديه، وعدم التطاول عليه، واحترامه وتقديره، وتقديم الهدايا له، وهذا يُمتن العلاقة بالجيران، ويزيد من صفاء النفس ونقائها .

وقد حث الإسلام على العلاقة مع الجيران ومنها:

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح5304/ ج3/ ص 490/ ك الطلاق/ ب اللعان

[2] - المرجع السابق/ ح5353/ ج 3/ ص502/ ك النفقات/ ب فضل النفقة على الأهل

[3] - سنن أبي داود / أبو داود/ ح2594/ ج3/ ص32/ كالجهاد/ ب في الانتصار برذل الخيل والضعفه/ إسناد جيد

4 - فتح القدير : الشوكاني /ج1 / ص464

قول النبي ﷺ: **(ما زال جبريل يوصيني بالجار حتى ظننت أنه سيورثه)** [1].

وقوله: **(من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليحسن إلى جاره)** [2]

وحذر النبي ﷺ من إيذاء الجار أو الإساءة إليه فقال : **(لايدخل الجنة من لا يأمن جارة بوائقه)** [3]، وجعل الخيرية في الجيران خيرهم لجيرانه بقوله ﷺ: **(وخير الجيران عند الله خيرهم لجاره)**[4].

ثالثاً: العلاقة بالأصحاب :

قال تعالى: ﴿ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ﴾[النساء: 36]

قوله تعالى: ﴿ **وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ** ﴾ "وهو الذي صحبك بأن حصل بجنبك إما رفيقا في سفر وإما جارا ملاصقا، وإما شريكا في تعلم أو حرفة، وإما قاعدا إلى جنبك في مجلس أو مسجد أو غير ذلك من أدنى صحبة التأمت بينك وبينه فعليك أن ترعى ذلك الحق ولا تنساه وتجعله ذريعة إلى الإحسان "[5].

" روابط الصداقة الحميمة هي علاقات اجتماعية تضم مشاعر المودة والمحبة والثقة والاحترام والرغبة في التضحية المتبادلة، وتقوم على التفاعل الايجابي والتوافق الحسن فيما بين طرفي العلاقة، حيث يفرح كل منهما بوجوده مع الطرف الآخر، ويشعر بالارتياح لسلوكياته أو تصرفاته معه ويدرك في علاقته به الأمن والطمأنينة، ويجد منه المساندة الاجتماعية في جميع المواقف... وتعد مرتبة الصداقة الحميمة أرقى العلاقات الاجتماعية وأهمها في تنمية الصحة النفسية"[6]

يقول محمد الغزالي: "للصداقات الخاصة أثر عميق في توجيه النفس والعقل، ولها نتائج هامه فيما يصيب الجماعة كلها من تقدم أو تأخر، ومن قلق واطمئنان، وقد عني الإسلام بهذه

---

[1] - سنن الترمذي: الترمذي/ ح1942/ ج4/ ص106/ ك البر والصلة/ ب ما جاء في حق الجوار/حسن صحيح

[2] - صحيح مسلم: الإمام مسلم/ ح78،79،80/ص50/ ك الأدب/ الحث على اكرام الجار والضيف ولزوم الصمت

[3] - صحيح البخاري: الإمام البخاري/ ح6018/ ج4/ ص106/ ك الأدب / ب من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يؤذ جارة

[4] - سنن الترمذي: الترمذي/ ح1944/ ج4/ ص107/ ك البر والصلة/ ب حق الجوار/ حسن صحيح

5 - التفسير الكبير/ الفخر الرازي /ج3 / ص28

[6] - السعادة وتنمية الصحة النفسية/ د. كمال إبراهيم مرسي/ ج1 /ص 187

الصلات التي تربطك بأشخاص يؤثرون فيك و يتأثرون بك... إن هذه الصلات إن بدأت ونمت نبيلة خالصة تقبلها الله وباركها، وإن كانت رخيصة مهينه ردها في وجوه أصحابها"[1]

ويرى الباحث أن الاختيار الصحيح للأصحاب هو الذي يقوم على الحب والاحترام والتناصح، لا الذي يقوم على الإفساد والإضرار، والإنسان بطبعه يتأثر بصاحبه، لذا قال النبي ﷺ : **(الرجل على دين خليله ، وقال إياك وقرين السوء)**[2] ، وضرب مثلاً واضحاً في اختيار الصاحب فقال : **(مثل الجليس الصالح و جليس السوء كحامل المسك ونافخ الكير)**[3]

وشتان بين حامل المسك صاحب الريح الطيبة، ونافخ الكير صاحب الريح المنتنة

فصاحب الفطرة السليمة و النفس الطيبة يختار له صاحباً يعينه على الخير، ويدخل السرور والسعادة إليه، وينتفع بنصحه ومجالسته، فنبه الله تعالى على الصديق الصالح الذي لا يتخلى عن صديقه وقت الملمات والأزمات فقال تعالى: ﴿**الْأَخِلَّاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِين** ﴾[الزخرف:67]

وحذر من الندم على مصاحبه الأشرار والسيئين الذين يجلبون الشقاء والتعاسة فقال تعالى: ﴿**وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلاً يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلاناً خَلِيلاً**﴾[الفرقان:27 28]

وقد جعل النبي ﷺ الخيرية في الصحبة عند الله لمن أحسن العلاقة مع صاحبه فقال: **(خير الأصحاب عند الله خيرهم لصاحبه)**[4].

يرى الباحث أن علاقة الإنسان بمن حوله تتعلق بحسن معاملته لهم ، وتضحيته من أجلهم ، وخفض الجناح ولين الجانب معهم ،فهذه هي التي ترتقي بالعلاقة مع الوالدين والزوج والأولاد والأقرباء والأصدقاء والجيران وعامه الناس أجمعين، والتي منها ما قاله النبي ﷺ في العلاقة مع المسلمين جميعاً: **(للمسلم على المسلم ست بالمعروف: يسلم عليه إذا لقيه، ويجيبه إذا دعاة ، ويشمته إذا عطس، ويعوده إذا مرض، ويتبع جنازته إذا مات،**

---

1 - خلق المسلم /محمد الغزالي / ص184

[2] - سنن الترمذي/ الترمذي / ح2378/ ج4/ ص 316/ ك الزهد/ حسن غريب

[3] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 6587 / ج1 / ص1294 / ك البر والصلة والآداب / ب مجالسة الصالحين ومجانبة قرناء السوء

[4] - سنن الترمذي / الترمذي/ ح 1944/ ج4/ ص107 / ك البر والصلة/ ب حق الجار/ حسن غريب

ويحب له ما يحب لنفسه)[1] ويقول:**(أمرنا بإتباع الجنازة، وعيادة المريض، وتشميت العاطس، وإجابة الداعي، ونصر المظلوم، وإبرار القسم، ورد السلام)**[2].

فمن كانت هذه علاقته مع الناس بأدائه حقوقهم أحبه الناس وأقبلوا عليه ، فيسعد بهم ويطمئن إليهم.

الخلاصة:

تبرز علامات ومؤشرات الصحة النفسية على الإنسان إذا قامت علاقته بمن حوله على أداء الواجبات ورد الحقوق وذلك من خلال:

1 - البر والإحسان للوالدين وطلب رضاهما.
2 - الصة والتراحم مع ذوي القربى والتجاوز عن مسيئهم والإحسان إليهم.
3 - المودة والرحمة والمعاشرة بالمعروف في العلاقة الزوجية، وغض الطرف عن الهفوات والزلات التي يقع فيها الزوجان.
4 - القيام بحقوق الأبناء من التربية والإنفاق .
5 - الإحسان والرحمة والعطف على ضعفاء المسلمين وإدخال السرور إلى قلوبهم.
6 - الوفاء بحقوق الجيران والأصدقاء والمسلمين عامة وبذل المعروف.

[1] - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح2736/ ج4/ ص499/ ك الأدب/ ب ما جاء في تشميت العاطس/ حسن

[2] - المرجع السابق/ ح2809/ ج4/ ص530/ ك الأدب / ب ما جاء في كراهية لبس المعصفر للرجل والقسي

المبحث الرابع: انسجام الإنسان مع الكون المحيط به

وفيه ثلاثة مطالب:

المطلب الأول : التفكر في الكون.

المطلب الثاني : الاستمتاع بجمال الكون .

المطلب الثالث : الكون والعبادة.

المبحث الرابع

انسجام الإنسان مع الكون المحيط به

لقد امتن الله على الإنسان بنعم لا تعد ولا تحصى ، ومنها تسخير الكون وما فيه لخدمته.

قال تعالى : ﴿**اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقاً لَكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْأَنْهَارَ وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ**﴾[إبراهيم:33].

وقال: ﴿**أَلَمْ تَرَوْا أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعَمَهُ ظَاهِرَةً وَبَاطِنَةً**﴾ [لقمان: 2].

وقال: ﴿**اللَّهُ الَّذِي سَخَّرَ لَكُمُ الْبَحْرَ لِتَجْرِيَ الْفُلْكُ فِيهِ بِأَمْرِهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مِنْهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**﴾[الجاثـية:13]

يقول د. سيد مرسي: " كان من تكريم الله للإنسان أن جعل الكون كله في خدمته، وسخر لخدمته العوالم كلها، السماء والأرض، والشمس والقمر والنجوم، الليل والنهار، البحار والأنهار واليابس، النبات والحيوان والجماد... كلها مسخرة لخدمه الإنسان ومصلحته وسعادته، كرامه من الله ونعمه منه عليه"[1] .

يؤكد الباحث على ما قاله د. سيد مرسي في معنى هذه الآيات ودور الإنسان في التعامل مع الآيات الكونية، والسنن الإلهية في هذا الكون الفسيح، والانسجام مع الكون، والتمتع بالإعجاز القرآني الجمالي في الكون ، وضرورة الاستفادة منها.

فإن الله استخلف الإنسان في هذا الكون لإعماره ويشهد له قوله تعالى: ﴿**هُوَ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا**﴾[هود: 61]

نظرة القرآن إلى الكون:

قال د. محمد البوطي تحت هذا العنوان: " القرآن يبصر الإنسان بالكون الذي حوله على أنه جمله من المظاهر المخلوقة أبدعها الله عز وجل في انتظام وتناسق لغرضين اثنين:

الأول: أن يتأمل الإنسان فيه وينتبه إلى مدى دقته وتناسق نواحيه وأجزائه، ليتوصل من ذلك إلى الإيمان بالخالق جل جلاله، ثم إلى إدراك إلوهيته وربوبيته المطلقة ، ثم إدراك أنه عبد لهذا الإله العظيم.

---

1 - الدين والحياة / سيد عبد الحميد مرسي /ص115/مكتبه وهبة /ط1986/1م

الثاني: أن تكون هذه المظاهر الكونية كلها مسخرة لخدمه الإنسان ومصلحته وحاجاته فوق الأرض، وأن يجد فيها بمقدار ما يتسع له إدراكه وعلمه دواء لمصائبه وحلاً لمشكلاته وفائدة لحياته، ومن ثم فإن على الإنسان أن يقبل على الكون تفهماً له واستفادة منه "[1]

وقد استدل د. البوطي على الأول بقوله تعالى: ﴿**إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ** ﴾[البقرة:164] **وقوله:** ﴿**إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ**﴾[آل عمران:190 - 191**]**

واستدل على الثاني بقوله تعالى: ﴿**هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً** ﴾[البقرة: 29**]**

ويعقب د. البوطي: " إن القرآن يحذرا الإنسان من أن ينظر إلى شيء من مظاهر الكون وفوائده المختلفة على أنه مما يجب الصدود عنه، وعدم إشغال الذهن أو الحياة به، رهبه أو تزهداً أو تعبداً، يقول: ﴿**قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ**﴾**[**لأعراف: 32**].**

وإذاً فجملهما يقرره القرآن عن الكون أنه خادم أمين مسخر للإنسان، يستفيد منه الإنسان بمقدار ما يتأمل فيه ويستبطن ظواهره "[2]

يرى الباحث أن علاقة الإنسان بالكون علاقة انسجام وتوافق، والاستفادة من سننه التي أودعها الله فيه لينتفع بها ويستثمرها في الخير، وأن هذا الكون هو كتاب الله المفتوح أمام الإنسان ليتفكر فيه ويستمتع بجمالة وكماله وصنعه، ويتدبر ما فيه من آيات كونية مبثوثة تدل على عظمة الخالق سبحانه وتهدية إلى معرفة الله تعالى.

لذا جعل الباحث لهذا المبحث ثلاثة مطالب

---

1 - من روائع القرآن : د. محمد سعيد رمضان البوطي /ص223،224 / مكتبه الفارابي /ط3

2 - المرجع السابق : ص 224

المطلب الأول

التفكر في الكون

قال تعالى: ﴿**أَفَلا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ**﴾[الغاشية:17 -20]

قال سيد قطب: " إن هذه المشاهد لتوحي إلى القلب شيئاً بمجرد النظر الواعي والتأمل الصاحي وهذا القدر يكفي لاستجاشة الوجدان واستحياء القلب وتحرك الروح نحو الخالق المبدع لهذه الخلائق"[1].

وقال ابن كثير: " قول تعالى آمرًا عباده بالنظر في مخلوقاته الدالة على قدرته وعظمته: ﴿ **أَفَلا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ**﴾ فإنها خَلق عجيب، وتركيبها غريب، فإنها في غاية القوة والشدة، وهي مع ذلك تلين للحمل الثقيل، وتنقاد للقائد الضعيف، وتؤكل، وينتفع بوبرها، ويشرب لبنها... ﴿ **وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ** ﴾أي: كيف رفعها الله، عز وجل، عن الأرض هذا الرفع العظيم، كما قال تعالى: ﴿**أَفَلَمْ يَنْظُرُوا إِلَى السَّمَاءِ فَوْقَهُمْ كَيْفَ بَنَيْنَاهَا وَزَيَّنَّاهَا وَمَا لَهَا مِنْ فُرُوجٍ**﴾[ق:6] ﴿ **وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ** ﴾ أي: جعلت منصوبة قائمة ثابتة راسية لئلا تميد الأرض بأهلها، وجعل فيها ما جعل من المنافع والمعادن... ﴿ **وَإِلَى الأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ** ﴾ أي: كيف بسطت ومدت ومهدت، فنبَّه البدوي على الاستدلال بما يشاهده من بعيره الذي هو راكب عليه، والسماء التي فوق رأسه، والجبل الذي تجاهه، والأرض التي تحته -على قدرة خالق ذلك وصانعه، وأنه الرب العظيم الخالق المتصرف المالك، وأنه الإله الذي لا يستحق العبادة سواه"[2].

يرى الباحث في هذه الآيات أنها آيات كونيه وإعجاز جمالي لفت القرآن الكريم الأنظار إليها في قوله تعالى: أفلا ينظرون؛ ليتفكر الناس في خلقها وإبداعها وجمالها، لتكون داله لهم على ربهم سبحانه ، فهي في متناول الناس جميعاً، وأهل البادية خصوصاً، ليتعرفوا على عظيم قدرة الله، فيهتدوا وينقادوا كما انقادت هذه المخلوقات العظيمة، والتي هي أعظم من الإنسان في الخلق، وبالرغم من ذلك كرم الله الإنسان عليها وعلى غيرها من المخلوقات، فعلى أصحاب النفوس السليمة و أصحاب العقول أن يتدبروها ويعقلوها وينقادوا لرب العالمين .

1 -في ظلال القرآن : سيد قطب /ج6 / ص3898

2 - تفسير القرآن العظيم : ابن كثير /ج4 / ص627

وقال تعالى: **﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾**[آل عمران: 190 191]

وقال ابن كثير:" ومعنى الآية أنه يقول تعالى: ﴿ **إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ** ﴾ أي: هذه في ارتفاعها واتساعها، وهذه في انخفاضها وكثافتها واتضاعها وما فيهما من الآيات المشاهدة العظيمة من كواكب سيارات، وثوابتَ وبحار، وجبال وقفار وأشجار ونبات وزروع وثمار وحيوان ومعادن ومنافع، مختلفة الألوان والطعوم والروائح والخواص

﴿ **وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ** ﴾ أي: تعاقبهما وتَقَارضهما الطول والقصر، فتارة يطُول هذا ويقصر هذا، ثم يعتدلان، ثم يأخذ هذا من هذا فيطول الذي كان قصيرا، ويقصر الذي كان طويلا وكل ذلك تقدير العزيز الحكيم ولهذا قال: ﴿ **لأولِي الألْبَابِ** ﴾ أي: العقول التامة الذكية التي تدرك الأشياء بحقائقها على جلياتها، وليسوا كالصم البُكْم الذين لا يعقلون... ﴿ **الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ**﴾ أي لا يقطعون ذِكْره في جميع أحوالهم بسرائرهم وضمائرهم وألسنتهم

﴿ **وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأرْضِ** ﴾ أي: يفهمون ما فيهما من الحكَم الدالة على عظمة الخالق وقدرته، وعلمه وحكمته، واختياره ورحمته"[1].

ويرى الباحث أن الكون مجال فسيح للتدبر والتأمل للإنسان، يتعرف من خلاله على مدى الإتقان والإعجاز الرباني، والتعرف على قدرة الله وعظمته في كونه العامر بالمخلوقات المتنوعة والمتعددة والمختلفة، من - إنس وجن وحيوان وأشجار وجمادات - ويترجم ذلك شكراً لله على نعمه تسخير هذا الكون له يقول تعالى: **﴿أَلَمْ تَرَوْا أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَأَسْبَغَ عَلَيْكُمْ نِعَمَهُ ظَاهِرَةً وَبَاطِنَةً وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلا هُدىً وَلا كِتَابٍ مُنِيرٍ﴾**[لقمان:20].

ويقول: **﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقاً لَكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْأَنْهَارَ وَسَخَّرَ لَكُمُ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ دَائِبَيْنِ وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ ﴾ [**ابراهيم:32 33**]**.

ويقول: **﴿وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومُ مُسَخَّرَاتٌ بِأَمْرِهِ ﴾** **[**النحل: 12].

1 - تفسير القرآن العظيم: ابن كثير /ج1 / ص579 بتصرف

ويرى الباحث أن القرآن يأمر الإنسان بالتفكر في تسخير هذا الكون وما فيه له، ليعتبر ويتعظ، وينسجم مع الكون في تسبيحه وطاعته لخالقه سبحانه، فيقول: ﴿**وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مِنْهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون** ﴾[الجاثية:13]

وآيات القرآن التي تدعو الإنسان إلى التفكر والتدبر والتعقل في آيات الكون كثيرة، ففي السماء والأرض والكواكب والأشجار والمزروعات والجبال والوديان والسهول والكائنات الحية الكثير من الآيات، كقوله: ﴿**وَفِي الْأَرْضِ قِطَعٌ مُتَجَاوِرَاتٌ وَجَنَّاتٌ مِنْ أَعْنَابٍ وَزَرْعٌ وَنَخِيلٌ صِنْوَانٌ وَغَيْرُ صِنْوَانٍ يُسْقَى بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفَضِّلُ بَعْضَهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأُكُلِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُون** ﴾ [الرعد:4]

وقوله: ﴿**وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِراً نُخْرِجُ مِنْهُ حَبّاً مُتَرَاكِباً وَمِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ وَجَنَّاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُشْتَبِهاً وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ انْظُرُوا إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ إِنَّ فِي ذَلِكُمْ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُون** ﴾[الأنعام:99]

وقوله: ﴿**وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفاً أُكُلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهاً وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ** ﴾ [الأنعام: 141] .

وقد عاب الله على من لم يتفكر في آيات الله الكونية الدالة على قدرته والمحيطة بالناس فقال تعالى: ﴿**وَكَأَيِّنْ مِنْ آيَةٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ يَمُرُّونَ عَلَيْهَا وَهُمْ عَنْهَا مُعْرِضُون**﴾ [يوسف:105] أي"أنه لا عجب إذا لم يتأملوا في الدلائل الدالة على نبوتك، فإن العالم مملوء من دلائل التوحيد والقدرة والحكمة ثم إنهم يمرون عليها ولا يلتفتون إليها"[1].

يقول الباحث: هذا التفكر في الكون يدخل الطمأنينة على النفس فتتعرف على خالقها وتؤمن به من خلال آيات الكون المبثوثة في جميع أنحاء الكون، وما على الإنسان إلا أن يفتح عقله وقلبه مع عينيه لها، فتهتدي نفسه إلى بارئها، فتطمئن وتسكن وتنعم بالراحة، وتنسجم مع بيئتها ومحيطها التي تحيا فيه إذ أن الإنسان جزء من هذا الكون، وحينما يتأمل الإنسان في هذا الكون الرحب الفسيح المحيط به، يستشعر عظمه الله والرهبة والهيبة والإجلال للخالق سبحانه .

1 -التفسير الكبير/ الفخر الرازي /ج5 / ص172

المطلب الثاني

الاستمتاع بجمال الكون

وهذا المطلب يبين الإعجاز الجمالي الكوني في القرآن الكريم، من خلال منهجه في تصوير اللوحات الفنية في صفحات الكون الفسيح، والمخلوقات المختلفة فيه

قال تعالى: ﴿ **إِنَّ اللَّهَ فَالِقُ الْحَبِّ وَالنَّوَى يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَمُخْرِجُ الْمَيِّتِ مِنَ الْحَيِّ ذَلِكُمُ اللَّهُ فَأَنَّى تُؤْفَكُونَ فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ حُسْبَانًا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ النُّجُومَ لِتَهْتَدُوا بِهَا فِي ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ قَدْ فَصَّلْنَا الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ فَمُسْتَقَرٌّ وَمُسْتَوْدَعٌ قَدْ فَصَّلْنَا الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَفْقَهُونَ وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَرَاكِبًا وَمِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ وَجَنَّاتٍ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ انْظُرُوا إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ إِنَّ فِي ذَلِكُمْ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُون** ﴾ [الأنعام: 95 -99]

"هذه الآيات في كل لمحة منها، وفي كل موقف، وفي كل مشهد، تمثل الروعة الباهرة الروعة التي تبده النفس، وتشده الحس، وتبهر النفس أيضاً، وهو يلاحق مشاهدها وإيقاعها وموحياتها مبهوراً!... وهي تشبه في سياقها المتدافع بهذه المشاهد والمواقف والموحيات والإيقاعات والصور والظلال، مجرى النهر المتدافع بالأمواج المتلاحقة ... وتأخذ على النفس أقطارها بالروعة الباهرة، وبالحيوية الدافقة، وبالإيقاع التصويري والتعبيري والموسيقي، وبالتجمع والاحتشاد، ومواجهة النفس من كل درب ومن كل نافذة.

إن كل مشهد من هذه المشاهد كأنما هو انبثاقه لامعة رائعة تجيء من المجهول! وتتجلى للحواس والقلب والعقل في بهاء أخاذ ... وصفحة الوجود بجملتها مفتوحة والمشاهد تتوالى من هنا ومن هناك في الصفحة الفسيحة الأرجاء ... والجمال هو السمة البارزة هنا الجمال الذي يبلغ حد الروعة الباهرة المشاهد منتقاة وملتقطة من الزاوية الجمالية.

ومما يوحي بالسمت الجمالي السابغ ذلك التوجيه الرباني إلى تملي الجمال في ازدهار الحياة وازدهائها ﴿ **انْظُرُوا إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ** ﴾[الأنعام: 99] فهو التوجيه المباشر إلى الجمال الباهر للنظر والتملي والاستمتاع الواعي .

ثم ينتهي هذا الجمال إلى ذروته التي تروع وتبهر في ختام الاستعراض الكوني الحي، حين يصل إلى ما وراء هذا الكون الجميل البهيج الرائع إلى بديع السماوات والأرض الذي أودع الوجود كل هذه البدائع"[1].

وبهذا يُبرز سيد قطب الإعجاز الجمالي في الكون من خلال النص القرآني.

وقال تعالى: ﴿**إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسُرُّ النَّاظِرِين** ﴾[البقرة: 69]

قال سيد قطب: " وسرور الناظرين لا يتم إلا أن تقع أبصارهم على فراهة وحيوية ونشاط والتماع في تلك البقرة المطلوبة"[2] .

يقول الباحث: وهذا هو الجمال في البقر بصورة عامة: لون جميل يُمتع الناظر، وقوة وسلامه بدنيه، ونشاط وحيوية في الأداء.

ويقول تعالى: ﴿ **أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ**﴾ **[**الغاشية 17 20**]**

يقول سيد قطب: " ونقف وقفة قصيرة أمام جمال التناسق التصويري لمجموعة المشهد الكوني لنرى كيف يخاطب القرآن الوجدان الديني بلغة الجمال الفني، وكيف يعتنقان في حس المؤمن الشاعر بجمال الوجود .

إن المشهد الكلي يضم مشهد السماء المرفوعة والأرض المبسوطة وفي هذا المدى المتطاول تبرز الجبال منصوبة السنان لا راسية ولا ملقاة، وتبرز الجمال منصوبة السنام خطان أفقيان وخطان رأسيان في المشهد الهائل في المساحة الشاسعة ولكنها لوحة متناسقة الأبعاد والاتجاهات على طريقة القرآن في عرض المشاهد، وفي التعبير بالتصوير على وجه الإجمال"[3] .

يقول الباحث: والإنسان بطبعه يحب الجمال ويميل إليه، والاستشعار بالجمال يدخل إلى النفس المتعة والسعادة والرضا، والإنسان إذا ضاقت به نفسه يبحث عن الترويح لها، وهذا يجده في المناظر الجميلة الخلابة، التي تسرح النفس فيها فتنسى همومها ومشاكلها، وتباشرها السكينة والراحة النفسية.

ويقول تعالى: ﴿**وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَى بَلَدٍ لَمْ تَكُونُوا بَالِغِيهِ إِلَّا بِشِقِّ**

---

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب /ج1 / ص1151 1152 بتصرف

2 - نفس المرجع /ج2 / ص179

3 - المرجع المرجع /ج6 / ص3899

الْأَنْفُسِ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرَؤُوفٌ رَحِيمٌ وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لا تَعْلَمُون ﴾ [النحل:5 -8]

يقول سيد قطب: "القرآن إذ يعرض هذه النعمة هنا ينبه إلى ما فيها من تلبية لضرورات البشر وتلبية لأشواقهم كذلك وفيها كذلك جمال عند الإراحة في المساء وعند السرح في الصباح جمال الاستمتاع بمنظرها فارهة رائعة صحيحة سمينة وفي الخيل والبغال والحمير تلبية للضرورة في الركوب وتلبية لحاسة الجمال في الزينة : ﴿ **لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً** ﴾ [النحل: 8].

وهذه اللفتة لها قيمتها في بيان نظرة القرآن ونظرة الإسلام للحياة فالجمال عنصر أصيل في هذه النظرة وليست النعمة هي مجرد تلبية الضرورات من طعام وشراب وركوب؛ بل تلبية الأشواق الزائدة على الضرورات تلبية حاسة الجمال ووجدان الفرح والشعور الإنساني المرتفع على ميل الحيوان وحاجة الحيوان"[1] .

ويقول محمد أحمد الراشد: " إن الله جميل سبحانه، يحب الجمال، وفي النفس الإنسانية أثر من ذلك، فهي تعشق الحسن واللطائف والألوان، وتستروح للمنظر المتناسب، والشيء المقدر الموزون، وتنفر كم الفوضى، والصخب، ومنكرات الأشكال، وما خرج عن الاستقامة، حتى جعل الله تعالى من أعظم المنن التي امتن بها علينا: إتاحة الاستمتاع بالجمال فقال: ﴿**وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُون** ﴾[النحل:5 6]."[2]

ويقول الراشد :" مشهد خلاب في هذا الكون لا يلتفت إليه إلا من عايش تلك اللحظات الجميلة، وهي ساعات الفجر الأولى، وشروق الشمس، وتغريد الطيور وسط هذا المنظر الجميل لتتمتع به النفس وينشرح بها الصدر ... ثم هذا المنظر اليومي المتكرر الذي ينام عنه الغافلون الذين حرموا نعمه الصلاة، ولا يراه إلا مؤمن يصلي الفجر إذ غيره يغط في فقره القلبي: منظر طلوع الفجر، وتسبيح الأطيار، وبزوغ الشمس: كم هو آسر، وقد اجتمعت أسرار الجمال فيه ... وإلى قصه أخرى مع البدر واستمتاع بمنظر جبال، تريد أن تشمخ، لكن هيبتها من خالقها تجعلها تنتصب على استحياء، فيتوارى بعضها خلف بعض، لكن السحاب يعلوها بفضول، يبغي التعرف على سر جمالها، فتصيبه الشمس التي غابت من قريب بسهامها، فيتضمخ ببعض دم أحمر، فيثير جماله فضول المرج الأخضر، فتكون

1 - في ظلال القرآن : سيد قطب /ج4 / ص2161 بتصرف

2 - آفاق الجمال : محمد أحمد الراشد / ص3/ دار المحراب/ط2002/1م

متوالية الجمال الحر يتأملها الإنسان الأسير أسير الجمال، فينطلق قلبه بتسبيح متجـــدد لـــرب قدير "[1].

ويرى الباحث أن المناظر الجميلة تجري على لسان الناظر إليها تسبيح الله وتمجيده، استشعاراً للجمال والعظمة في الخلق والإبداع من بديع السماوات الأرض، وأن هناك مناظر لا تقل جمالاً عما وصفه الراشد في صفحات الكون المفتوحة أمام النـــاظرين والمتفكـــرين ،كمنظر البحار والأنهار وما فيها من جمال وأسرار كقوله تعالى: ﴿**وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْماً طَرِيّاً وَتَسْتَخْرِجُوا مِنْهُ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْـكَ مَـوَاخِرَ فِيـهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُون** ﴾**[النحل:14].**

وقوله: ﴿**وَمَا يَسْتَوِي الْبَحْرَانِ هَذَا عَذْبٌ فُرَاتٌ سَائِغٌ شَرَابُهُ وَهَذَا مِلْحٌ أُجَاجٌ وَمِنْ كُلٍّ تَأْكُلُونَ لَحْماً طَرِيّاً وَتَسْتَخْرِجُونَ حِلْيَةً تَلْبَسُونَهَا وَتَرَى الْفُلْكَ فِيهِ مَوَاخِرَ لِتَبْتَغُوا مِـنْ فَضْلِهِ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُون** ﴾[فاطر:12] .

والكثبان الرملية والسهول والوديان والجبال والتلال والروابي الخضراء، والأشجار والأزهار والحدائق الغناء المختلفة الألوان والأشكال يقول تعالى : ﴿**أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُخْتَلِفاً أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٌ**﴾ [فاطر:27]، وغير ذلك من الجمال الذي يزخر به الكون ومنظر نزول الماء من السماء، وما يصاحبه من سحاب ورياح ورعد وبرق يقول تعالى : ﴿**أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُزْجِي سَحَاباً ثُمَّ يُؤَلِّفُ بَيْنَهُ ثُمَّ يَجْعَلُهُ رُكَاماً فَتَرَى الْوَدْقَ يَخْرُجُ مِنْ خِلالِهِ وَيُنَزِّلُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ جِبَالٍ فِيهَا مِنْ بَرَدٍ فَيُصِيبُ بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَصْرِفُهُ عَنْ مَنْ يَشَاءُ** ﴾[النور: 43]

وبهذا الإعجاز القرآني بجمال الكون وتصويره الرباني ينسجم الإنسان المؤمن مع الجمال، فتهيم نفسه في سعادة ومتعه بهذا الكون والإعجاز الجمالي فيه، فينسى همومه ومشاكله وآلامه، فتستريح النفس وتصفو من كدرها، لذا كانت الرحلات البرية والبحرية في نهاية الأسبوع تكسب النفس نشاطاً وحيوية للعمل من جديد، والإقبال على الحياة بحب وسعادة، وبهذا تبدو علامات الصحة النفسية على هذه النفس التي تنسجم مع الكون وما فيه من جمال

1 - آفاق الجمال : محمد أحمد الراشد / ص6

المطلب الثالث

الكون والعبادة

لقد خلق الله الكون وما فيه من مخلوقات لأجل عبادته وطاعته ، فما من مخلوق من مخلوقات الله إلا وله عبادة خاصة به ومنهم الإنسان.

يقول تعالى: ﴿**أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَسْجُدُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُومُ وَالْجِبَالُ وَالشَّجَرُ وَالدَّوَابُّ وَكَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ وَكَثِيرٌ حَقَّ عَلَيْهِ الْعَذَابُ وَمَنْ يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ مُكْرِمٍ إِنَّ اللَّهَ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ**﴾[الحج:18]

يقول الشوكاني: " والمراد بالسجود هنا هو الانقياد الكامل لا سجود الطاعة الخاصة بالعقلاء"[1] .

ويقول سيد قطب: " ويتدبر القلب هذا النص، فإذا حشد من الخلائق مما يدرك الإنسان ومما لا يدرك وإذا حشد من الأفلاك والأجرام مما يعلم الإنسان ومما لا يعلم، وإذا حشد من الجبال والشجر والدواب في هذه الأرض التي يعيش عليها الإنسان، وإذا بتلك الحشود كلها في موكب خاشع تسجد كلها لله، وتتجه إليه وحده دون سواه، تتجه إليه وحده في وحدة واتساق، إلا ذلك الإنسان فهو وحده الذي يتفرق فيبدو هذا الإنسان عجيباً في ذلك الموكب المتناسق"[2] .

يرى الباحث أن هذه الآية دللت على أن هذا الكون الفسيح المترامي الأطراف، وما فيه، أنه قانت ومطيع لله رب العالمين، يهيم في تسبيحه واحدة، يهتف بها كل مخلوق من المخلوقات لقوله تعالى: ﴿**تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ**﴾[الإسراء: 44] ، والتي يستنكف عنها الكثير من الناس .

قال الشوكاني: " أخبر سبحانه عن السموات والأرض بأنها تسبحه وكذلك من فيها من مخلوقاته الذين لهم عقول وهم الملائكة والإنس والجن وغيرهم من الأشياء التي لا تعقل ثم زاد ذلك تعميما وتأكيدا فقال: ﴿**وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ**﴾ فشمل كل ما يسمى شيئا كائنا ما كان، والمراد كل المخلوقات تسبح لله سبحانه هذا التسبيح الذي معناه التنزيه، وإن كان البشر لا يسمعون ذلك و لا يفهمونه "[3] .

---

1 - فتح القدير : الشوكاني /ج4 / ص443

2 - في ظلال القرآن : سيد قطب /ج4 / ص2414

3 - فتح القدير : الشوكاني/ج3 / ص131،132

هذا الكون وما فيه من المخلوقات المختلفة والمتنوعة، قانتة لله ، لها عبادتها الخاصة بها والتي تميزها عن غيرها، فكل ما في هذا الكون مأمور بعبادة الله وتوحيده وتسبيحه، يقول تعالى: ﴿**أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُسَبِّحُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالطَّيْرُ صَافَّاتٍ كُلٌّ قَدْ عَلِمَ صَلاتَهُ وَتَسْبِيحَهُ**﴾ [النور: 41]

قال ابن كثير: " يخبر تعالى أنه يُسَبِّح له من في السموات والأرض، أي: من الملائكة والأناسي، والجان والحيوان، حتى الجماد، كما قال تعالى: ﴿ **تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالأرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا** ﴾ [الإسراء: 44].

وقوله: ﴿ **وَالطَّيْرُ صَافَّاتٍ** ﴾ أي: في حال طيرانها تسبح ربها وتعبده بتسبيح ألهمها وأرشدها إليه، وهو يعلم ما هي فاعلة؛ ولهذا قال: ﴿ **كُلٌّ قَدْ عَلِمَ صَلاتَهُ وَتَسْبِيحَهُ** ﴾ أي: كل قد أرشده إلى طريقته ومسلكه في عبادة الله، عز وجل " [1].

يقول الباحث :فالمخلوقات جميعاً ألهمها ربها سبحانه ما عليها من عبادة وطاعة، وألهمها التسبيح، وفطرها على ذلك، فالكون وما فيه من مخلوقات طائع وخاضع ومقر بعبوديته لله تعالى، ويشهد لهذا قوله تعالى: ﴿**ثُمَّ اسْتَوَى إِلَى السَّمَاءِ وَهِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَلِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعاً أَوْ كَرْهاً قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِين** ﴾ [فصلت:11]، فالسماوات والأرض استجابتا طوعاً لله عز وجل .

وقال الراشد: " وحدة العبودية، وتكاملها في أجزاء هذا الكون، لله تعالى الذي خلقه: حقيقة يراها المتفكر، إذا استطاع أن يفلت من الصخب الملهي، ويتأمل في هدوء ورويه.

منها عبودية لا تشوبها الوساوس، لبساط الأرض جميعه، حشائشه والباسقات، نبهك القرآن لها، في قوله عز وجل : ﴿**وَالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدَانِ**﴾[الرحمن:6] ، فهو منظر سجود دائم يراه المؤمن ليكون له تذكرة حين تثقله الغفلة، يديم له سجوداً قلبياً، آيته الرضا عن الله، والتسليم لحكم حلاله وحرامه، به يستكمل سجود جبهته، ومتى ذاق المؤمن، بالخلوات المسترسلة، لذة مراقبه هذا السجود الأخضر، المتوشح بألوان الزهر، وأذن لقلبه أن يبالغ في الهبوط مقلداً، حتى يلامس أوطأ الإخبات... وما هذاك على أسلوب القرآن بغريب؛ بل هو ارتباط واضح ما بين الخضرة وخصال الفطرة، ترك طابعه على طرائق المؤمنين في التعبير والتمثيل... شهدت الرابط الجامع في لقيا الشجر، ومعاني الإيمان ." [2]

---

1 - تفسير القرآن العظيم :ابن كثير /ج3 / ص362

2 - الرقائق : محمد أحمد الراشد / ص 59 - 61/ دار المنطلق/ بدون طبعه بتصرف

ويرى الباحث: في انقياد الكون بالعبادة لله، تدعو الإنسان العاقل للتوجه إلى الخالق سبحانه بصفه دائمة ومتواصلة بالعبادة، والطاعة، والاستغفار من كل خطيئة، وديمومة التوبة، والإنابة لله، والتسبيح والتحميد والتمجيد الدائم لله، وهذا كله يكسب النفس الأمن والآمان والارتياح النفسي.

فعلاقة الإنسان مع الكون علاقة توافق وتصاحب لا تخالف وعداء ، ويجب على الإنسان التعامل مع السنن الكونية بإيجابيه والاستفادة منها، والتي منها، قوله تعالى: ﴿**وَآيَةٌ لَهُمُ اللَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُمْ مُظْلِمُونَ وَالشَّمْسُ تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَهَا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ وَالْقَمَرَ قَدَّرْنَاهُ مَنَازِلَ حَتَّى عَادَ كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ لا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ** ﴾ **[يّس:37 -40]**، ومنها قوله: ﴿**هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُوراً وَقَدَّرَهُ مَنَازِلَ لِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ مَا خَلَقَ اللَّهُ ذَلِكَ إِلَّا بِالْحَقِّ يُفَصِّلُ الْآياتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُون** ﴾**[**يونس:5**]** وغيرها من الآيات القرآنية التي تتحدث عن السنن الإلهية في انتظام الكون، والتي ينتفع بها المؤمن فتزيده إيماناً، وما أجمل ما قاله سيد قطب : "إن هذا هو ما يصنعه الإيمان هذا التفتح وهذه الحساسية وهذا التقدير للجمال والتناسق والكمال إن الإيمان رؤية جديدة للكون، وإدراك جديد للجمال، وحياة على الأرض في احتفاء من صنع الله، آناء الليل وأطراف النهار"[1] .

الخلاصة:

يرى الباحث أن الذي يتمتع بعلامات الصحة النفسية هو الإنسان:

1- الذي يبني علاقته مع ربه بالإيمان به، والطاعة الكاملة له سبحانه، بالتزامه العقدي والتعبدي، فإنه يرضي ربه، ومن ثم تطمئن نفسه، وتسعد بهذه العلاقة ، فتبدو عليه علامات الصحة النفسية.
2- وهو الذي يبني علاقته مع نفسه على التزكية والطهارة والارتقاء بها إيمانياً وأخلاقياً وجسدياً، تبدو عليه علامات الصحة النفسية وقبول الذات والرضا عنها.
3- وهو الذي يبني علاقته بمن حوله من أهل وأقرباء وأصدقاء وجيران على الاحترام والتقدير، واحتمال أذاهم، وغفران أخطاءهم وتقصيرهم في حقه، والإحسان إلى ضعفاء المسلمين ومساعدتهم، ومد يد العون لهم، يدخل السرور والبشر إلى نفسه، فتبدو عليه علامات الصحة النفسية.

[1] - في ظلال القرآن : سيد قطب / ص153/ج1

4- وهو الذي ينسجم مع الكون ويتفكر فيه ويتمتع بجمال آياته، وعظمه خلق الله، والتجاوب مع السنن الإلهية في الكون، وإصلاح الكون وإعماره، وحسن الخلافة فيه، تعلوه علامات الصحة النفسية والراحة القلبية.

فمن توفرت فيه هذه العلاقات، عاش في راحة وأمان وسعادة دائمة، مادام على هذه العلاقات، فيتمتع بالصحة النفسية التي يرجوها كل إنسان في هذه الحياة الدنيا، والتي تظهر علاماتها عليه.

أما من ساءت علاقته بخالقه ونفسه والناس من حوله ، أو واحدة منها فإنه يحرم من التمتع بتمام الصحة النفسية، ويعيش في قلق واضطراب وحزن، إلى أن يصطلح معهم، وتصفو علاقته بهم، فتهدأ نفسه وتطيب وترتاح، وتعود عليه علامات الصحة النفسية بقدر ما أصلح وأحسن في علاقته.

الفصل الثاني
منهج القرآن في إبراز الشخصية السوية والصحة النفسية

وفيه أربع مباحث

المبحث الأول : أنماط الشخصية في ضوء القرآن.

المبحث الثاني : منهج القرآن في تقويم الشخصية.

المبحث الثالث : منهج القرآن في تحقيق توازن الشخصية.

المبحث الرابع : سمات الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية.

الفصل الثاني

منهج القرآن في إبراز الشخصية السوية والصحة النفسية

ولكي نتعرف على مفهوم الشخصية لابد من تعريفها في اللغة و الاصطلاح:

أولاً: تعريف الشخصية لغةً واصطلاحاً:

لغةً: من الشخص: "وهو سواد الإنسان وغيره تراه من بعيد"[1].

تعريف الشخصية اصطلاحاً: لم يتفق علماء النفس على مصطلح للشخصية فقد ذكروا أكثر من خمسين تعريفاً مختلفاً ومنها:

يقول علاء الدين كفافي:"هي ما يبرز الإنسان و يميزه عن غيرة من الناس ،وفي تعريف آخر:

هي الانتظام الداخلي للأجهزة النفس فسيولوجية للفرد، والتي تحدد توافقه الفريد في بنيته"[2]

ويقول زهران: "الشخصية هي جمله السمات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية التي تميز الشخص عن غيره"[3].

ويرى الباحث أن تعريف الشخصية السابق ينقصه أهم ما يميز الإنسان عن غيره، وهو الإيمان من عدمه، وكذا الأخلاق.

فتعريف الشخصية في القرآن الكريم كما يراه الباحث : هي مجموعة السمات العقدية والأخلاقية و الجسمية والعقلية والوجدانية التي يتفرد بها إنسان عن غيره، أو مجموعه من الناس عن غيرهم.

إذ أن الشخصية الإنسانية مجموعه كاملةً من الصفات، و تتألف من عدة خصائص روحيه وعقلية و وجدانيه وجسدية وخلقيه تنسجم معها الشخصية، وهذه الخصائص تتفاوت في نسبتها من إنسان لآخر يندرج تحت نوع من أنواع الشخصية السوية أو غير السوية، وكذلك الصفات التي تميز كل إنسان عن غيره.

ولقد شغلت دراسة الشخصية علماء النفس وعلماء الاجتماع في تحديد مفهومها، وماهيتها، فعلم النفس وعلم الاجتماع هما من العلوم الإنسانية التي تدرس الإنسان وما يرتبط به،فعلماء النفس يدرسون الشخصية من حيث تركيبها ونموها وتطورها، والنواحي المتعلقة بالعوامل الوراثية، والبيئة المحيطة بها، وأسس تقييمها وتقويمها، وعلماء الاجتماع يدرسون الشخصية

---

[1] - مختار الصحاح / محمد بن أبي بكر الرازي/ص140

[2] - الصحة النفسية / علاء الدين كفافي / ص263

[3] - الصحة النفسية والعلاج النفسي/ د.حامد عبد السلام زهران / ص55

من ناحية الحضارة والثقافة، والقوانين الاجتماعية والسياسية، والأحوال الشخصية، والعقائد الدينية، والبيئة المحيطة بالشخصية.

ويتناول الباحث في هذا الفصل الشخصية السوية والغير سوية من منظور قرآني.

يقول تعالى:﴿**أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبّاً عَلَى وَجْهِهِ أَهْدَى أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيّاً عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ**﴾ [الملك:22]

" هذا مثل ضرب للمشرك والموحد توضيحاً لحاليهما في الدنيا وتحقيقاً لشأن مذهبيهما"[1] .

وقال ابن كثير: " وهذا مثل ضربه الله للمؤمن والكافر، فالكافر مثله فيما هو فيه كمثل من يمشي مُكبّا على وجهه، أي: يمشي منحنيا لا مستويا على وجهه، أي: لا يدري أين يسلك ولا كيف يذهب؟ بل تائه حائر ضال، أهذا أهدى ﴿ **أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيًّا** ﴾ أي: منتصب القامة على طريق واضح بين، وهو في نفسه مستقيم، وطريقة مستقيمة هذا مثلهم في الدنيا، وكذلك يكونون في الآخرة "[2].

يرى الباحث في هذه الآية إشارة من القرآن الكريم إلى الشخصية السوية والغير سوية، فالشخصية السوية هي التي تمشي سويةً على صراط مستقيم وهو الإسلام ، والشخصية الغير سوية هي التي تمشي على غير هدى مكبةً على وجهها فهي لا تدري إلى أين تتجه ولا إلى أي طريق تسير، وشتان بين هاتين الشخصيتين.

ثانياً: مفهوم الشخصية السوية في القرآن:

" إن الشخصية السوية في الإسلام هي الشخصية التي يتوازن فيها البدن والروح، وهي التي تعنى بالبدن وصحته وقوته، وتشبع حاجاته في الحدود التي رسمها الشرع، والتي تتمسك في نفس الوقت بالإيمان بالله، وتؤدي العبادات، وتقوم بكل ما يرضي الله تعالى، وتتجنب كل ما يغضبه، فالشخص الذي ينساق وراء أهوائه وشهواته شخص غير سوي، والشخص الذي يكبت حاجاته البدنية ويقهر جسمه ويضعفه بالرهبانية المفرطة والتقشف الشديد وينزع إلى إشباع حاجاته وأشواقه الروحية فقط، هو أيضاً شخص غير سوي، لأن كلا الاتجاهين المتطرفين يخالف الطبيعة الإنسانية ويعارض فطرتها، أما الإسلام فقد وازن بين مطالب البدن ومطالب الروح"[3] .

---

[1] - روح المعاني/ الألوسي/ ج15 / ص 23

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج4 / ص491

[3] - القرآن وعلم النفس/ د. محمد عثمان نجاتي/ص236/دار الشروق/ ط 6

يقول الباحث ويشهد لهذا القول قول النبي ﷺ وهو القـدوة الحـسنه للنـاس وهـو الشخصية السوية التي أمر الله المؤمنين الاقتداء بها : **(أما والله انى لأخشاكم لله وأتقاكم له لكني أصوم وأفطر وأصلي وأرقد وأتزوج النساء فمن رغب عن سـنتي فلـيس منـي)** [1] فالتوازن بين العبادة وبين حاجات الجسد ، بين الصوم والإفطار، والقيام والرقـود، والتبتـل وتزوج النساء، فمن سنه النبي الجمع بين هذه المتطلبات دون إفراط أو تفريط.

" إن من أهم أهداف الصحة النفسية، بناء الشخصية المتكاملة، وإعداد الإنسان الصحيح نفسياً في أي قطاع من قطاعات المجتمع، وأياً كان دوره الاجتماعي، بحيث يقبـل علـى تحمـل المسؤولية الاجتماعية، ويعطي للمجتمع بقدر ما يأخذ أو أكثر، مستغلاً طاقاتـه أو إمكانياتـه إلى أقصى حد ممكن"[2] .

ويقول الباحث : قد تكون الشخصية متميزة بأشياء عن غيرها، و قد تتميـز مجموعـة مـن الناس بسمات معينه تندرج تحت وصف للشخصية؛ كالشخصيات المؤمنـة، أو الشخـصيات المنافقة، أو الشخصيات الكافرة؛ فكل فئة من هذه الفئات لها شخصيتها الخاصة بها .

ثالثاً: السمة المميزة للشخصية في القرآن:

1 -السمة الحسنة:

وهي سمة الشخصية السوية التي تمثل الصلاح والفلاح، وتحمل معاني الخير والنُبـل، تلك الشخصية التي ترتاح إليها النفس بمجرد النظر إليها والحديث معها والتعرف عليها، إنها سمة الإيمان التي وصف الله تعالى المؤمنين فقال: ﴿ **سِيمَاهُمْ فِـي وُجُـوهِهِمْ مِـنْ أَثَـرِ السُّجُودِ** ﴾ **[**الفتح: 29**]**، أي:" سيماهم في وجوههم مـن الوضـاءة والإشـراق والـصفاء والشفافية، ومن ذبول العبادة الحي الوضيء اللطيف وليست هذه السيما في النكتة المعروفة في الوجه كما يتبادر إلى الذهن... والمقصود بأثر السجود هو أثر العبـادة واختـار لفـظ السجود لأنه يمثل حالة الخشوع والخضوع والعبودية لله في أكمل صوره، فأثر هذا الخشوع في ملامح الوجه، حيث تتوارى الخيلاء والكبرياء والفراهة ويحل مكانها التواضع النبيـل، والشفافية الصافية، والوضاءة الهادئة، والذبول الخفيف الذي يزيد وجـه المـؤمن وضـاءة وصباحه"[3] .

---

[1] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح5063 / ج 3 / ص 427 / ك النكـاح / ب الترغيـب فـي النكاح

[2] - الصحة النفسية والعلاج النفسي/ د.حامد عبد السلام زهران / ص23/ عالم الكتب/ط1978/2م

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6 / ص3332

2 -السمة القبيحة:

وهي سمة الشخصية غير السوية التي تمثل السوء والانحراف والإجرام، وتحمل معـــاني الشر والفساد، وهي الشخصية التي لا ترتاح إليها النفس وتشمئز من كل ما يصدر عنهـــا، أو معظمه، لأنه لا يصدر عنها في الغالب إلا السوء.

قال تعالى عن المجرمين **:﴿يُعْرَفُ الْمُجْرِمُونَ بِسِيمَاهُمْ ﴾[**الرحمن: 41**]**

أي: "بعلامات تظهر عليهم "[1]

وقال تعالى عن المنافقين**:** ﴿**وَلَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ** ﴾**[**محمد: 30**] .**

قال ابن كثير: "ولو نشاء يا محمد لأريناك أشخاصهم، فعرفتهم عيانا"[2].

وقال الألوسي: "أن علاماتهم متحدة الجنس فكأنها شيء واحد أي فلعرفتهم بعلامات نـــسمهم بها"[3].

فكل فئة منهم لها شخصيتها وعلاماتها، ولها سمات تختص بهـــا وتميزهـــا عـــن غيرهـــا، ولأهمية الشخصية وارتباطها بالصحة النفسية تناول الباحث في هذا الفصل منهج القرآن في إبراز الشخصية السوية والصحة النفسية.

---

[1] تفسير القرآن العظيم / ابن كثير/ ج4 / ص333

[2] - نفس المرجع/ ج4 / ص217

[3] - روح المعاني / للألوسي / ج 13 / ص 77

المبحث الأول

أنماط الشخصية في ضوء القرآن

وفيه مطلبان

المطلب الأول :الشخصية السوية وأوصافها في القرآن.

المطلب الثاني :الشخصية غير السوية وأوصافها في القرآن.

المبحث الأول

أنماط الشخصية في ضوء القرآن

لقد خلق الله تعالى أنماطاً وأصنافاً مختلفة من الناس، يندرج تحت كل نمط شخصيات تحمل معظم الصفات والملامح كألوان البشرة ، ومنها البدانة والنحافة، والطول والقصر والتوسط وغير ذلك، ولكننا في بحثنا هذا سنتناول أنماطاً معينة لها ارتباط بالقرآن والصحة النفسية لنتعرف على أنماط الشخصية السوية أوالغير سوية

يقول تعالى: ﴿ **وَكُنْتُمْ أَزْوَاجًا ثَلَاثَةً فَأَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ وَأَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُون** ﴾ [الواقعة : 7 10.

يقول سيد قطب : " ونجد الناس هنا أصنافاً ثلاثة - لا صنفين اثنين كما هو السائد في مشاهد الاستعراض القرآنية - ويبدأ بالحديث عن أصحاب الميمنة - أو أصحاب اليمين - ولكنه لا يفصل عنهم الحديث إنما يصفهم باستفهام عنهم للتهويل والتضخيم:﴿ **فَأَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَيْمَنَة** ﴾، وكذلك يذكر أصحاب المشأمة بنفس الأسلوب ثم يذكر الفريق الثالث، فريق السابقين، يذكرهم فيصفهم بوصفهم: ﴿ **وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُون** ﴾ كأنما ليقول إنهم هم هم وكفى فهو مقام لا يزيده الوصف شيئاً!

ومن ثم يأخذ في بيان قدرهم عند ربهم، وتفصيل ما أعده من النعيم لهم، وتعديد أنواعه التي يمكن أن يدركها حس المخاطبين، وتتناوله معارفهم وتجاربهم "[1]

وقال الشوكاني : " فأصحاب الميمنة في نهاية السعادة وحسن الحال وأصحاب المشأمة في نهاية الشقاوة وسوء الحال"[2]

"ونظرية الأنماط هي من أقدم نظريات الشخصية، حاولت تصنيف شخصيات الناس إلى أنماط تجمع بين الأشخاص الذين يندرجون تحت نمط واحد، والنمط يلخص تجمع السمات الأساسية الفطرية أو الجسمية التي تكونت في مستهل حياة الفرد، ولا تخضع لتغير أساس وعلى ذلك فنمط الشخصية يدل على جوهر الشخص وهو نواة يصعب تغييرها"[3]

ويرى الباحث أن الشخصية يمكن أن تتغير؛ كتغيير عقيدتها من الإيمان إلى الكفر بالردة أو من الكفر إلى الإيمان بدخول الإسلام، وكذا الصفات الجسمية يمكن أن تتغير بالغذاء والرياضة، والعقل بالعلم والثقافة، وكذا الأخلاق ... وغير ذلك.

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج6 / ص3463

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5 / ص148

[3] - الصحة النفسية والعلاج النفسي/ د. حامد زهران/ ص59

ويشهد لذلك قوله تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ**﴾[الرعد: 11]
قال البقاعي:" أي : إن الله الذي له الإحاطة والكمال كله لا يغير ما بقوم خيراً كان أو شراً، حتى يغيروا الذي بأنفسهم مما كانوا يزينونها به من التحلي بالأعمال الصالحة والتخلي من أخلاق المفسدين، فإذا غيروا ذلك غير ما بهم إذا أراد"[1] .

وقوله: ﴿**ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّراً نِعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَى قَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ** ﴾ [الأنفال: 53]

قال النسفي:" إن الله لم يصح في حكمته أن يغير نعمته عند قوم حتى يغيروا ما بهم من الحال"[2].

"وقد حاول المفكرون منذ قديم الزمان تصنيف الناس إلى أنماط أو نماذج يتصف كل منها بصفات معينه يتميز بها عن غيره من الأنماط الأخرى للشخصية، ويفيد مثل هذا التصنيف عادة من تبسيط عمليه فهم شخصيات الناس، فإذا عرفنا شخصاً ما يتصف ببعض الصفات التي يتميز بها نمط معين من أنماط الشخصية، فإننا نقوم بنسبة هذا الشخص إلى هذا النمط، وننسب إليه تبعاً لذلك جميع الصفات التي تنتمي إلى هذا النمط"[3] .

"كما حاول علماء النفس في العصر الحديث دراسة أوجه الشبه وأوجه الاختلاف بين شخصيات الناس، وقاموا بعدة محاولات لتصنيف الناس إلى عدة أنماط من الشخصية، يتميز كل نمط منها بجمله معينة من الصفات أو السمات المميزة، وقد اتجه بعضهم إلى تصنيف الناس إلى أنماط على أساس خصائص التكوين الجسمي، وذهبوا إلى أن الناس الذين يقعون تحت نمط من هذه الأنماط الجسمية للشخصية يتشابهون في سماتهم النفسية، واتجه البعض الآخر إلى تصنيف الناس إلى أنماط نفسية على أساس تشابههم في سماتهم النفسية، أما القرآن فقد صنف الناس على أساس العقيدة إلى ثلاثة أنماط هي: المؤمنون، والكافرون، والمنافقون، ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين... وهذا ما يتمشى مع أهداف القرآن "[4]

يقول الباحث: وفي بحثنا هذا سنركز على أنماط الشخصية في منهج القرآن الكريم من حيث الإيمان والكفر والنفاق.

---

[1] - نظم الدرر /برهان الدين البقاعي / ج4/ ص131/ دار الكتب العلمية / ط1

[2] - تفسير النسفي / النسفي / ج2 / ص108

[3] - الحديث النبوي وعلم النفس/ د. محمد نجاتي/ ص266

[4] - القرآن وعلم النفس / د محمد نجاتي / ص237 238

يقول د. نجاتي: "وقد أشار القرآن إلى هذه الأنماط الثلاثة من الناس: المؤمنين، والكافرين، والمنافقين في مواضع كثيرة من القرآن، كما أفرد لكل منهم سورة سماها باسمهم هي سور المؤمنون، والكافرون، والمنافقون، ووصف القرآن كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة بسمات خاصة يعرف بها، ويتميز بها عنى النمطين الآخرين من الناس "[1]

ويرى الباحث أن ما ذكره د. نجاتي من أنماط الناس الثلاثة التي أشار إليها القرآن وهم: المؤمنون و الكافرون والمنافقون، بأنهم يمثلون للشخصيات السوية وغير السوية في القرآن، وقد ذكرها سيد قطب عند تفسيره أول عشرين آية من سورة البقرة فقال: "في عدد قليل من الكلمات والعبارات في أول السورة ترتسم ثلاث صور لثلاثة أنماط من النفوس كل نمط منها نموذج حي لمجموعات ضخمة من البشر نموذج أصيل عميق متكرر في كل زمان ومكان حتى ما تكاد البشرية كلها في جميع أعصارها وأقطارها تخرج عن تلك الأنماط الثلاثة في تلك الآيات المعدودات ترتسم هذه الصور واضحة كاملة، نابضة بالحياة، دقيقة السمات مميزة الصفات "[2]

ويؤكد الباحث على ما قاله سيد قطب في أنماط الشخصية ويبينه في مطلبين:

المطلب الأول: الشخصية السوية وأوصافها في القرآن.

المطلب الثاني: الشخصية غير السوية وأوصافها في القرآن.

---

[1] - المرجع السابق/ ص238

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1 / ص 37

المطلب الأول

الشخصية السوية وأوصافها في القرآن.

أولاً: تعريف الشخصية السوية:

يقول د.زهران: الشخص السوي هو الشخص الذي يتطابق سلوكه مع سلوك الشخص العادي في تفكيره، ومشاعره، ونشاطه ويكون سعيداً ومتوافقاً شخصياً وانفعالياً واجتماعياً"[1]

ويرى د. نجاتي أن "الشخصية السوية هي التي تعنى بالبدن وصحته وقوته، وتشبع حاجاته في الحدود التي رسمها الشرع، والتي تتمسك في نفس الوقت بالإيمان بالله وتؤدي العبادات، وتقوم بكل ما يرضي الله تعالى، وتتجنب كل ما يبغضه"[2] .

والباحث يؤكد ما قاله د. نجاتي عن الشخصية السوية وأوصافها،والتي يمثلها المؤمنون وهم عباد الرحمن، والمتقين...

ثانياً: أوصاف الشخصية السوية:

لقد وصف المنهج القرآني الشخصية السوية بالشخصية المؤمنة .

يقول د.نجاتي: "ذكر الله سبحانه وتعالى المؤمنين في كثير من الآيات في معظم سور القرآن، ووصف سلوكهم في كثير من مجالات حياتهم: في عقيدتهم، وعبادتهم، وأخلاقهم، وعلاقاتهم مع غيرهم من الناس... فإذا جمعنا سمات المؤمنين التي وردت في القرآن لصنفناها إلى تسعه مجالات عامه رئيسية من مجالات السلوك هي:

1 - سمات تتعلق بالعقيدة

2 - سمات تتعلق بالعبادات

3 - سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية

4 - سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية

5 - سمات خلقية

6 - سمات انفعالية وعاطفية

7 - سمات عقلية ومعرفية

8 - سمات تتعلق بالحياة العملية والمهنية

9 - سمات بدنية"[3]

---

[1] - الصحة النفسية والعلاج النفسي/ د. حامد زهران/ ص11

[2] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي /ص236

[3] - المرجع السابق / ص239

وسيتعرض الباحث لبعض أوصاف وصفات الشخصية السوية في ضـــوء القــرآن الكـــريم ومنها:

1 - الصفات العقدية للشخصية السوية:

يقول د. نجاتي: "سمات تتعلق بالعقيدة: الإيمان بالله، وبرسله، وكتبـــه، وملائكتـــه، واليـــوم الآخر، والبعث والحساب، والجنة والنار، والغيب، والقدر"[1]

أي هي أركان الإيمان التي بينها ربناﷻ في كتابة وأمرنا بها رسوله ﷺ فـــي ســـنته وهـــي عقيدة التوحيد:

يقول تعالى:﴿**آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِـــهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ** ﴾**[البقرة: 285]، ويقول:** ﴿**يَا أَيُّهَا الَّـــذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ عَلَى رَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي أَنْزَلَ مِنْ قَبْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْـــآخِرِ فَقَـــدْ ضَـــلَّ ضَـــلالاً بَعِيـــداً**﴾ [النساء:136]

فعقيدة الشخصية السوية التوحيد الخالص لقوله تعالى: ﴿**إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصاً لَهُ الدِّينَ** ﴾[الزمر:2]، ولقوله: ﴿**قُلْ إِنِّي أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللَّهَ مُخْلِـــصاً لَـــهُ الدِّينَ** ﴾[الزمر:11]

يقول سيد قطب: " وهذا الإعلان من النبي ﷺ بأنه مأمور أن يعبد الله وحده، ويخلص لـــه الدين وحده... ﴿**قُلِ اللَّهَ أَعْبُدُ مُخْلِصاً لَهُ دِينِي**﴾[الزمر:14]، مرة أخرى يعلن: إنني ماض في طريقي أخص الله بالعبادة، وأخلص له الدينونة ."[2]

يقول الباحث: ومعلوم من الدين بالضرورة أن شخصية النبي هي قدوة المسلمين، وهـــي الشخصية السوية، ويأمره الله تعالى أن يعلن إخلاصه لدين الله، وهذا ما أرادة الله من خلقـــة ﴿**وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ** ﴾[البينة: 5]، فالشخصية الـــسوية هي التي تتصف بعقيدة التوحيد الخالص.

يقول سيد سابق: " إذا صلحت العقيدة صلح السلوك واستقام، وإذا فسدت فسد واعوج، ومن ثم كانت عقيدة التوحيد، والإيمان ضرورة، لا يستغنى عنها الإنسان ليـــستكمل شخـــصيته ، ويحقق إنسانيته"[3] .

[1] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي / ص239

[2] - في ظلال القرآن/ سيد قطب / ج 5 / ص3044

[3] - إسلامنا / سيد سابق/ ص27

2 - الصفات التعبدية للشخصية السوية:

يقول د. نجاتي:" سمات تتعلق بالعبادات: عبادة الله، وأداء الفرائض من صلاة وصيام وزكاة وحج وجهاد في سبيل الله بالمال والنفس، وتقوى الله، وذكره دائماً، واستغفاره، والتوكل علية، وقراءة القرآن"[1] .

يقول الباحث: أي الالتزام بطاعة الله، وعمل الصالحات المتنوعة والمتعددة بما شرع الله وبين رسولهﷺ،والاستزادة منها لقوله: ﴿**إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَاناً وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ**﴾[الأنفال: 2 3]

"أي أن من لم يَجلْ قلبُه إذا ذُكر الله، ولم تزده تلاوة آيات الله إيماناً مع إيمانه، ولم يتوكل على الله، ولم يقم الصلاة، ولم ينفق، لم يكن موصوفاً بصفة الإيمان"[2].

ويقول القرطبي: " وصف الله تعالى المؤمنين في هذه الآية بالخوف والوجل عند ذكره وذلك لقوة إيمانهم ومراعاتهم لربهم، وكأنهم بين يديه ونظير هذه الآية قوله تعالى: ﴿**وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ. الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ**﴾ [الحج : 34 35] وقوله: ﴿**وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ**﴾ [الرعد : 28].

فهذا يرجع إلى كمال المعرفة وثقة القلب والوجل : الفزع من عذاب الله فلا تناقض وقد جمع الله بين المعنيين في قوله ﴿**اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَاباً مُتَشَابِهاً مَثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ**﴾ [الزمر : 23] أي: تسكن نفوسهم من حيث اليقين إلى الله وإن كانوا يخافون الله فهذه حالة العارفين بالله، الخائفين من سطوته وعقوبته"[3]

3 - صفات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية:

يقول د. نجاتي:" سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية أي: معامله الناس بالحسنى، الكرم والإحسان، التعاون، التماسك والاتحاد، الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، العفو، الإيثار، الإعراض عن اللغو"[4]

أ - معامله الناس بالحسنى:

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي/ ص240

[2] - التحرير والتنوير / ابن عاشور /ج5 / ص255

[3] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج4 / ص315

[4] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي/ ص240

يقول تعالى: ﴿**وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾[فصلت:34]

قال ابن كثير: " إذا أحسنت إلى من أساء إليك قادته تلك الحسنة إليه إلى مصافاتك ومحبتك، والحنو عليك، حتى يصير كأنه ولي لك حميم أي: قريب إليك من الشفقة عليك والإحسان إليك"[1].

ب الجود والكرم:

يقول تعالى: ﴿**الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين**﴾[آل عمران:134]

قال البيضاوي: " في حالتي الرخاء والشدة أو الأحوال كلها إذ الإنسان لا يخلو من مسرة أو مضرة أي لا يخلون في حال ما بإنفاق ما قدروا عليه من قليل أو كثير" [2]

ج - التعاون:

يقول تعالى **:**﴿ **وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلا تَعَاوَنُوا عَلَى الْأِثْمِ وَالْعُدْوَانِ** ﴾[المائدة: 2] أي :" ليعن بعضكم بعضاً على العفو والإغضاء ومتابعة الأمر ومجانبة الهوى ولا يعن بعضكم بعضاً على شيء من المعاصي والظلم للتشفي والانتقام وليس للناس أن يعين بعضهم بعضاً على العدوان حتى إذا تعدى واحد منهم على الآخر تعدى ذلك الآخر عليه لكن الواجب أن يعين بعضهم بعضاً على ما فيه البر والتقوى"[3]

د - التماسك والاتحاد:

يقول تعالى: ﴿**وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعاً وَلا تَفَرَّقُوا**﴾[آل عمران: 103]

"هذه الأخوة المعتصمة بحبل الله نعمة يمتن الله بها على الجماعة المسلمة الأولى وهي نعمة يهبها الله لمن يحبهم من عباده دائماً وهو هنا يذكرهم هذه النعمة"[4] .

ويقول الطبري: " تمسَّكوا بدين الله الذي أمركم به، وعهده الذي عَهده إليكم في كتابه إليكم، من الألفة والاجتماع على كلمة الحق، والتسليم لأمر الله."[5]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4 / ص122

[2] - تفسير البيضاوي / البيضاوي /ج1 / ص180

[3] - تفسير روح البيان / اسماعيل حقي بن مصطفى الحنفي الخلوتي البروسوي /ج2 / ص269 / دار الكتب العلمية / ط1 /2003م

[4] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1 / ص442

[5] - جامع البيان / ابن جرير الطبري /ج7 / ص70

هـ - الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر:

يقول تعالى: ﴿**وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾[آل عمران:104]

"ولتكن منكم أمة يدعون إلى الخير أمرهم الله سبحانه بتكميل الغير وإرشاده، إثر أمرهم بتكميل النفس وتهذيبها بما قبله من الأوامر والنواهي تثبيتًا للكل على مراعاة ما فيها من الأحكام بان يقوم بعضهم بموجبها ويحافظ على حقوقها وحدودها ويذكرها الناس كافة "[1]

ويقول الألوسي: " أمرهم سبحانه بتكميل الغير إثر أمرهم بتكميل النفس ليكونوا هادين مهديين" [2] ﴿**وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ** ﴾[التوبة: 71]

"أي قلوبهم متحدة في التوادد والتحابب والتعاطف بسبب ما جمعهم من أمر الدين وضمهم من الإيمان بالله ثم بين أوصافهم الحميدة كما بين أوصاف من قبلهم من المنافقين فقال : ﴿ **يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ**﴾ أي: بما هو معروف في الشرع غير منكر ومن ذلك توحيد الله سبحانه وترك عبادة غيره ﴿ **وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ**﴾ أي: عما هو منكر في الدين غير معروف وخصص إقامة الصلاة وإيتاء الزكاة بالذكر من جملة العبادات لكونهما الركنين العظيمين فيما يتعلق بالأبدان والأموال" [3]

لذا كانوا خير الناس لقوله: ﴿**كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ** ﴾ [آل عمران: 110] ،واستحقوا التمكين لقوله: ﴿**الَّذِينَ إِنْ مَكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ وَأَمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ** ﴾[الحج: 41]

و - العفو:

يقول تعالى: ﴿**وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ**﴾[آل عمران: 134]

يقول سيد قطب: " فالغيظ انفعال بشري تصاحبه أو تلاحقه فورة في الدم فهو إحدى دفعات التكوين البشري وإحدى ضروراته وما يغلبه الإنسان إلا بتلك الشفافية اللطيفة المنبعثة من إشراق التقوى وإلا بتلك القوة الروحية المنبثقة من التطلع إلى أفق أعلى وأوسع من آفاق الذات والضرورات .

---

[1] - تفسير أبي السعود / أبو السعود /ج1 / ص395

[2] - روح المعاني / الألوسي / ج 4 / ص 20

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج2 / ص381

وكظم الغيظ هو المرحلة الأولى وهي وحدها لا تكفي، فقد يكظم الإنسان غيظه ليحقد ويضطغن ويتحول الغضب الظاهر إلى حقد دفين وإن الغيظ والغضب لأنظف وأطهر من الحقد والضغن ... لذلك يستمر النص ليقرر النهاية الطليقة لذلك الغيظ الكظيم في نفوس المتقين إنها العفو والسماحة والانطلاق.

إن الغيظ وقر على النفس حين تكظمه وشواظ يلفح القلب ودخان يغشى الضمير فأما حين تصفح النفس ويعفو القلب فهو الانطلاق من ذلك الوقر والرفرفة في آفاق النور والبرد في القلب والسلام في الضمير" [1]

وقد قال تعالى : ﴿ **وَإِنْ تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ [التغابن:14]

ي - الإيثار:

يقول تعالى: ﴿**وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ** ﴾[الحشر:9]

" يقدمون المحاويج على حاجة أنفسهم، ويبدءون بالناس قبلهم في حال احتياجهم إلى ذلك" [2]

ز - الإعراض عن اللغو:

يقول تعالى:﴿**وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُون** ﴾[المؤمنون:3]

"أي: أن من صفات المؤمنين المفلحين: إعراضهم عن اللغو، وأصل اللغو ما لا فائدة فيه من الأقوال والأفعال، فيدخ فيه اللعب واللهو والهزل، وما توجب المروءة تركه، وقيل: هو ما لا فائدة فيه من الأقوال والأفعال، وما أثنى الله به على المؤمنين المفلحين في هذه الآية أشار له في غير هذا الموضع كقوله: ﴿**وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِراماً**﴾ [الفرقان:72] ومن مرورهم به كراماً إعراضهم عنه، وعدم مشاركتهم أصابه فيه وقوله تعالى: ﴿**وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ**﴾[القصص:55] "[3]

4 - صفات تتعلق بمعاملة الأسرة:

يقول د. نجاتي:" سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية: الإحسان بالوالدين وبذي القربى،وحسن معاشرة بين الأزواج، ورعاية الأسرة والإنفاق عليها"[4]

أ - الإحسان بالوالدين وبذي القربى:

يقول تعالى:﴿ **وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً وَذِي الْقُرْبَى**﴾[البقرة: 83 النساء: 36]

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب /ج1 / ص475

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4 / ص413

[3] - أضواء البيان / الشنقيطي / ج5 / ص757

[4] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي/ ص240

يقول الشيخ الشعراوي: " أن الإحسان زيادة على المفروض في الصلاة والتسبيح والصدقة والله تبارك وتعالى يريد منك أن تعطي لوالديك أكثر من المفروض أو من الواجب عليك .
وقوله تعالى: ﴿ وَذِي القربى﴾ يحدد الله لنا فيها المرتبة الثانية بالنسبة للإحسان فالله جل جلاله أوصانا أن نحسن لوالدينا ونرعى أقاربنا، وهذا لا يتأتى إلا بالتراحم والإحسان للوالدين والأقارب فيكون لكل محتاج في المجتمع من يكفله "[1]

" والإحسان إليهما ألا يتعرض لسبهما ولا يعقهما"[2]

ب - حسن المعاشرة بين الأزواج:

يقول تعالى:﴿ **وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ**﴾[النساء: 19] "وكلمة المعروف أوسع دائرة من كلمة المودة؛ فالمودة هي أنك تحسن لمن عندك وداده له وترتاح نفسك لموادتده، أنك فرح به وبوجوده، لكن المعروف قد تبذله ولو لم تكره والود يكون عن حُب، لكن المعروف ليس ضروريا أن يكون عن حُب، والحق يأمرنا أن ننتبه إلى هذه المسائل في أثناء الحياة الزوجية ...لأنهم يريدون أن يبنوا البيوت على المودة والحب فلو لم تكن المودة والحب في البيت لخُربَ البيت لذا قال﴿ **وَعَاشِرُوهُنَّ بالمعروف**﴾ حتى لو لم تحبوهن"[3]

ج - رعاية الأسرة والإنفاق عليها :

يقول تعالى: ﴿**الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ** ﴾ [النساء: 34] "والقوام هو القائم بالمصالح والتدبير والتأديب، ﴿ **بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ** ﴾ يعني : فضل الرجال على النساء بزيادة العقل والدين والولاية ...﴿ **وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ** ﴾ يعني : إعطاء المهر والنفقة "[4]

5 - الصفات الأخلاقية للشخصية السوية:

يقول د. نجاتي: " سمات خلقية: الصبر، الحلم، العدل، الأمانة، الوفاء بعهد الله وعهد الناس، العفة، التواضع"[5]

أ - الصبر:

---

[1] - تفسير الشعراوي / محمد متولي الشعراوي / ج1 / ص430/ أخبار اليوم / قطاع الثقافة

[2] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج10 / ص238

[3] - تفسير الشعراوي / الشعراوي / ج4 / ص2081

[4] - تفسير معالم التنزيل / البغوي / ج1 / ص335/ دار الكتب العلمية / ط1 /1993م

[5] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي/ ص240

يقول تعالى :﴿ **وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ**﴾[البقرة: 177] أي:" في حال الفقر، وهو البأساء وفي حال المرض والأسقام، وهو الضراء وَحِينَ الْبَأْسِ أي: في حال القتال والتقاء الأعداء وإنما نُصِبَ وَالصَّابِرِينَ على المدح والحث على الصبر في هذه الأحوال لشدته وصعوبته"[1]

ب - الحلم:

يقول تعالى : ﴿ **إِنَّ إِبْرَاهِيمَ لَأَوَّاهٌ حَلِيمٌ** ﴾[التوبة: 114]

قال الشوكاني: " حليم أي الكثير الحلم كما تفيده صيغة المبالغة وهو الذي يصفح عن الذنوب ويصبر على الأذى وقيل الذي لا يعاقب أحدا قط إلا لله "[2]

وكان من مدح النبيﷺ للأشج ﷺ : **(إن فيك خصلتين يحبهما الله: الحلم والأناة)** [3]

ج - العدل:

يقول تعالى :﴿ **وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ** ﴾[النساء: 58]

أي "تحكموا بالإنصاف والسوية أو متلبسين بذلك إذا قضيتم بين الناس ممن ينفذ عليه أمركم أو يرضى بحكمكم"[4] .

د - الأمانة:

يقول تعالى : ﴿ **وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُون** ﴾[المؤمنون:8]

أي: "إذا اؤتمنوا لم يخونوا، بل يؤدونها إلى أهلها، وإذا عاهدوا أو عاقدوا أوفوا بذلك"[5] .

ويقول سيد سابق : "والأمانة فضيلة من الفضائل التي لا يستغني عنها الفرد في معركة الحياة ... فالأمين موضع ثقة الناس واحترامهم "[6].

ومن الأمانات: الصلاة، والصيام والزكاة والحج، وجميع الفرائض، وأمانه الحديث والودائع والمناصب والوظائف، فهو يؤدي هذه الأمانات ويفي بها.

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1 /ص 287

[2] - فتح القدير / الشوكاني /ج2 / ص411

[3] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح2011 / ج 4 / ص134 / ك البر والصلة / ب ما جاء في التأني والعجلة/حسن صحيح

[4] - روح المعاني / الألوسي / ج 4 / ص 20

[5] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3 /ص 292

[6] - إسلامنا / سيد سابق/ ص161

لذا أمر الله تعالى المؤمنين بأداء الأمانة إلى أصحابها فقال ﴿**إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا** ﴾[النساء: 58] وامتدحت ابنه الرجل الصالح موسى عليه السلام بالأمانة فقالت: ﴿ **يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ**﴾[القصص: 26]

هـ - الوفاء بعهد الله وعهد الناس:

يقول تعالى: يقول تعالى: ﴿ **وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْؤُولاً**﴾[الإسراء: 34]

لذا مدحهم الله تعالى ووصفهم بأولي الألباب فقال: ﴿**الَّذِينَ يُوفُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَلا يَنْقُضُونَ الْمِيثَاق** ﴾ [الرعد:20].

و - العفة :

يقول تعالى :﴿**وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُون** ﴾[المؤمنون:5]

قال ابن كثير : "والذين قد حفظوا فروجهم من الحرام، فلا يقعون فيما نهاهم الله عنه من زنا أو لواط، ولا يقربون سوى أزواجهم التي أحلها الله لهم" [1]

لذا أمر الله من لا يستطيع النكاح أن يعف نفسه فقال: ﴿**وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدُونَ نِكَاحاً حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ** ﴾[النور: 33]

ي - التواضع:

يقول تعالى : ﴿**وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْناً** ﴾[الفرقان: 63]

قال البغوي: " أي: بالسكينة والوقار متواضعين غير أَشرين ولا مرحين، ولا متكبرين."[2]

ويقول الشنقيطي في قوله تعالى : ﴿**وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولاً**﴾[الإسراء:37] "نهى الله جل وعلا الناس في هذه الآية الكريمة عن التجبر والتبختر في المشية فلا تمش في الأرض في حال كونك متبختراً متمايلاً مشي الجبارين.

وقد أوضح هذا المعنى في مواضع أخرى كقوله عن لقمان مقرراً له ﴿**وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ**﴾ [لقمان : 18 19] وقوله: ﴿**وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْناً**﴾ [الفرقان 63] إلى غير ذلك من الآيات.

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3 / ص292

[2] - تفسير معالم التنزيل/ البغوي / ج3 / ص319

وأصل المرح في اللغة: شدة الفرح والنشاط، وإطلاقه على مشي الإنسان متبختراً مشي المتكبرين، لأن ذلك من لوازم شدة الفرح والنشاط عادة."[1]

ز - الصدق :

قال تعالى: ﴿**وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ إِسْمَاعِيلَ إِنَّهُ كَانَ صَادِقَ الْوَعْدِ**﴾**[مريم: 54]**

وقال: ﴿ **أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُون** ﴾[البقرة177]

قال الشوكاني: " وصفهم بالصدق والتقوى في أمورهم والوفاء بها"[2]

ويقول سيد سابق: " الصدق دعامة الفضائل، وعنوان الرقي، ودليل الكمال، ومظهر من مظاهر السلوك النظيف"[3] وهذا ما بينه النبيﷺ في قولة :**(عليكم بالصدق، فإن الصدق يهدي إلى البر، وإن البر يهدي إلى الجنة، وما يزال العبد يصدق ويتحرى الصدق حتى يكتب عند الله صديقا)**[4]

6 - الصفات الانفعالية والعاطفية:

يقول نجاتي: " سمات انفعالية وعاطفية: حب الله، الخوف من عذاب الله، الأمل في رحمه الله... لوم النفس والشعور بالندم في حاله ارتكاب ذنب ما"[5]

أ - حب الله :

قال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبّاً لِلَّه** ﴾[البقرة:165]

يقول سيد قطب : " أشد حباً لله، حباً مطلقاً من كل موازنة، ومن كل قيد أشد حباً لله من كل حب يتجهون به إلى سواه .

والتعبير هنا بالحب تعبير جميل، فوق أنه تعبير صادق فالصلة بين المؤمن الحق وبين الله هي صلة الحب صلة الوشيجة القلبية، والتجاذب الروحي صلة المودة والقربى صلة الوجدان المشدود بعاطفة الحب المشرق الودود "[6] .

"الحب عاطفة كريمة، وشعور راق نبيل، وأعلى أنواعه محبه الله، وإنما تنشأ هذه المحبة بإثارة القوى العقلية والروحية، ومتى رسخت هذه المحبة وعمقت جذورها، كان الله هو

---

[1] - أضواء البيان / محمد الأمين الشنقيطي / ص537 / ج3

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج1 / ص 173

[3] - إسلامنا / سيد سابق/ ص173

[4] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح1971 / ج4 / ص119 / ك البر والصلة / ب ما جاء في الصدق والكذب/حسن صحيح

[5] - القرآن وعلم النفس / د . محمد نجاتي/ ص240

[6] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1/ ص154

الغاية، وأثرة المرء على كل شيء، وضحى من أجلة بكل شيء، لأنـــه يجـــد مـــن حــــلاوة الإيمان، ولذة اليقين، وحسن الصلة بالله ما تصغر، بل تحقر اللذائذ في جانبها"[1]

ب - الخوف من عذاب الله :

يقول تعالى: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ هُمْ مِنْ خَشْيَةِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُون** ﴾[المؤمنون:57]

يقول سيد قطب : "ومن هنا يبدو أثر الإيمان في القلب، من الحساسية والإرهاف والتحرج، والتطلع إلى الكمال وحساب العواقب مهما ينهض بالواجبات والتكاليف .

فهؤلاء المؤمنون يشفقون من ربهم خشية وتقوى؛ وهم يؤمنون بآياته، ولا يشركون به وهم ينهضون بتكاليفهم وواجباتهم وهم يأتون من الطاعات ما استطاعوا ولكنهم بعد هذا كلــه ﴿**وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَى رَبِّهِمْ رَاجِعُون** ﴾[المؤمنون:60] "[2]

ج - الأمل في رحمه الله :

قال تعالى:﴿**وَلا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَـــافِرُون** ﴾ [يوسف: 87] ويقول :﴿**قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَـــةِ اللَّه** ﴾[الزمر:53]

" إنها الرحمة الواسعة التي تسع كل معصية كائنة ما كانت وإنها الدعوة للأوبـــة دعـــوة العصاه المسرفين الشاردين المبعدين في تيه الضلال دعوتهم إلى الأمل والرجاء والثقة بعفو الله إن الله رحيم بعباده وهو يعلم ضعفهم وعجزهم ويعلم العوامل المسلطة علـــيهم مـــن داخل كيانهم ومن خارجه "[3]

د - لوم النفس والشعور بالندم في حاله ارتكاب ذنب ما:

قال تعالى : ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُون** ﴾[آل عمران:135]

قال ابن كثير : " إذا صدر منهم ذنب أتبعوه بالتوبة والاستغفار"[4].

وقال البغوي : "يعني: قبيحة خارجة عما أذن الله تعالى لـــه فيـــه، وأصـــل الفحـــش القـــبح والخروج عن الحدّ... أو ظلموا أنفسهم بالمعصية ﴿ **ذَكَرُوا اللَّه** ﴾أي: ذكروا وعيد الله، وأن الله سائلهم ﴿**فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ**﴾أي: وهل يغفر الذنوب إلا الله

---

[1] - إسلامنا/ سيد سابق/ ص55

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج4 / ص2472

[3] - المرجع السابق / ج5 /ص3058

[4] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج1 /ص 540

﴿ **وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا**﴾أي: لم يُقيموا ولم يثبتوا عليه ولكن تابوا وأنابوا واستغفروا، وأصل الإصرار: الثبات على الشيء"[1]

" إن صورة الإنسان المؤمن الذي ترسمه في أذهاننا مجموعه هذه السمات التي وردت في القرآن الكريم في وصف المؤمنين، إنما تكون لنا نموذجاً للإنسان المؤمن، وليست هذه السمات مستقلة بعضها عن بعض في شخصيه المؤمن، بل إنها تتفاعل فيما بينها وتتكامل، وتشترك جميعها في توجيه سلوك المؤمن في جميع مجالات حياته ...وتلعب السمات المتعلقة بالعقيدة دوراً أساسياً ومركزياً في توجيه سلوك الإنسان في جميع مجالات حياته .

إن المؤمن الذي يخشى ربه ويتقيه ويخلص في عبادته لربه، يكون أيضاً في جميع علاقاته مع نفسه ومع الناس مراعياً مرضاة الله، وآملاً في ثوابه، وخائفاً من غضبه وعقابه، وهكذا يمتد إيمانه بالله تعالى وعبادته له إلى جميع مجالات سلوكه في الحياة"[2] .

وقد جُمعت هذه السمات للشخصية السوية في أكثر من موضع في القرآن الكريم ومثالها:

النموذج الأول:

قوله تعالى: ﴿ **قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ** ﴾ [المؤمنون 1 - 9]

النموذج الثاني:

قوله تعالى: ﴿ **وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ غَرَامًا إِنَّهَا سَاءَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ وَلَا يَقْتُلُونَ النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَا يَزْنُونَ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ يَلْقَ أَثَامًا يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا إِلَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ عَمَلًا صَالِحًا فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا وَالَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمًّا وَعُمْيَانًا**

---

[1] - تفسير معالم التنزيل / البغوي / ج 1 / ص276

[2] - القرآن وعلم النفس/ د محمد نجاتي/ ص 242،243

﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴾ [الفرقان63 -74]

" إن الإيمان بالله تعالى يملأ النفس بالانشراح والرضا والسعادة، ويجعل الإنسان يعيش في حالة غامرة من الطمأنينة والأمن النفسي، لأن المؤمن المخلص في إيمانه وعبادته لله يعلم أن الله تعالى معه، وأنه في رعاية الله وحفظه، يهيئ الله تعالى التوفيق في حياته، ويلقي محبته في قلوب الناس."[1]

"وليس جميع المؤمنين في مستوى واحد من التقوى، ولكنهم يختلفون فيما بينهم في درجه تقواهم، وقد ذكر القرآن ثلاث درجات أو فئات للمؤمنين : الظالمين لأنفسهم، والمقتصدين، والسابقين بالخيرات فقال تعالى: ﴿**ثُمَّ أَوْرَثْنَا الْكِتَابَ الَّذِينَ اصْطَفَيْنَا مِنْ عِبَادِنَا فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ وَمِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ بِإِذْنِ اللَّهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَضْلُ الْكَبِيرُ**﴾[فاطر:32]"[2].

وهذا ما قاله ابن كثير في تفسيره لهذه الآية فقال:"يقول تعالى: ثم جعلنا القائمين بالكتاب العظيم، المصدق لما بين يديه من الكتب، الذين اصطفينا من عبادنا، وهم هذه الأمة، ثم قسمهم إلى ثلاثة أنواع، فقال:

﴿ **فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ** ﴾ وهو: المفرط في فعل بعض الواجبات، المرتكب لبعض المحرمات.

﴿ **وَمِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ** ﴾ وهو: المؤدي للواجبات، التارك للمحرمات، وقد يترك بعض المستحبات، ويفعل بعض المكروهات.

﴿ **وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ بِإِذْنِ اللَّهِ** ﴾ وهو: الفاعل للواجبات والمستحبات، التارك للمحرمات والمكروهات وبعض المباحات"[3]

---

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. نجاتي/ ص280

[2] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي/ ص242

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3 / ص 672

المطلب الثاني

الشخصية غير السوية وأوصافها في القرآن:

أولاً: الشخصية غير السوية:

وهي "الشخص الذي يصدر عنه أساليب سلوكيه غير سويه، وهو يشعر أحياناً بمشاعر غير متوازنة وغير إيجابية، وقد يعاني من توتر بالغ، وضيق شديد، إذاً فالصحة النفسية تعتمد على ما نسميه بالسلوك السوي، كما يرتبط بنقص الصحة النفسية"[1] .

والشخص الغير سوي هو: الشخص الذي ينحرف سلوكه عن سلوك الشخص العادي في تفكيره ومشاعره ونشاطه، ويكون غير سعيد وغير متوافق شخصياً وانفعالياً واجتماعياً"[2]

ويمثل للشخصية غير السوية بالكافر أقصد بها غير المسلمين بما فيهم أهل الكتاب من اليهود والنصارى - و المنافق، لما يصدر عنهما من أفعال وأخلاق ومفاهيم ومعتقدات غير سوية قال تعالى : ﴿**فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضاً** ﴾[البقرة: 10] " يحمل المرض على ألم القلب، وذلك أن الإنسان إذا صار مبتلى بالحسد والنفاق ومشاهدة المكروه، فإذا دام به ذلك فربما صار ذلك سبباً لغير مزاج القلب وتألمه، وحمل اللفظ على هذا الوجه حمل له على حقيقته فكان أولى من سائر الوجوه"[3]

ثانياً: أوصافها كما ذكرها القرآن :

لقد وصف الله سبحانه الشخصية غير السوية بشخصية الكافر والمنافق:

وقد ذكر الله سبحانه وتعالى الكفار والمنافقين في كثير من الآيات القرآنية، ووصف سلوكهم في كثير من مجالات حياتهم: في عقيدتهم، وعبادتهم، وأخلاقهم، وعلاقاتهم مع غيرهم.

1 - أوصاف شخصية الكافر:

سيذكر الباحث بعض صفات الكفار التي وردت في ضوء القرآن الكريم ومنها :

أ - صفات تتعلق بالعقيدة

ب - صفات تتعلق بالعبادة

ج - صفات تتعلق بالأخلاق

د - صفات تتعلق بمعاملاتهم.

---

[1] - الصحة النفسية/ د. علاء كفافي/ ص26

[2] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د.حامد زهران / ص11

[3] - تفسير الكبير/ الفخر الرازي / ج1 / ص189

وهناك صفات أخرى للكافر واقتصرت هنا على هذه الصفات البارزة لهذه الشخصية المريضة وغير السوية :

أ صفات تتعلق بالعقيدة:

1 - الكفر:

قال تعالى: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ يَكْفُرُونَ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيُرِيدُونَ أَنْ يُفَرِّقُوا بَيْنَ اللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيَقُولُونَ نُؤْمِنُ بِبَعْضٍ وَنَكْفُرُ بِبَعْضٍ وَيُرِيدُونَ أَنْ يَتَّخِذُوا بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلاً أُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ حَقّاً وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَاباً مُهِيناً**﴾[النساء:151]

يقول ابن عاشور : "عادة القرآن عند التعرّض إلى أحوال مَن أظهروا النِّواء للمسلمين أن ينتقل من صفات المنافقين، أو أهل الكتاب، أو المشركين إلى صفات الآخرين، فالمراد من الذين يكفرون بالله ورسله هنا هم اليهود وَالنصارى"[1]

ويقول سيد قطب : "إن الإيمان وحدة لا تتجزأ الإيمان بالله إيمان بوحدانيته - سبحانه - ووحدانيته تقتضي وحدة الدين الذي ارتضاه للناس لتقوم حياتهم كلها - كوحدة - على أساسه . ويقتضي وحدة الرسل الذين جاءوا بهذا الدين من عنده - لا من عند أنفسهم ولا في معزل عن إرادته ووحيه - ووحدة الموقف تجاههم جميعاً ولا سبيل إلى تفكيك هذه الوحدة إلا بالكفر المطلق؛ وإن حسب أهله أنهم يؤمنون ببعض ويكفرون ببعض! وكان جزاؤهم عند الله أن أعد لهم العذاب المهين ﴿ **أولئك هم الكافرون حقاً، وأعتدنا للكافرين عذاباً مهيناً** ﴾"[2]

2 الظلم :

قال تعالى: ﴿ **وَالْكَافِرُونَ هُمُ الظَّالِمُونَ** ﴾[البقرة: 254]

قال أبو السعود : " أي الذين ظلموا أنفسهم بتعريضها للعقاب" [3]

ويقول تعالى:﴿ **إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ**﴾[لقمان: 13]

قال الألوسي : " وكون الشرك ظلماً لما فيه من وضع الشيء في غير موضعه وكونه عظيماً لما فيه من التسوية بين من لا نعمة إلا منه سبحانه ومن لا نعمة له "[4].

ويقول د. عبد المجيد الزنداني:" الشرك: هو إشراك غير الله في الذات الإلهية،أو الصفات الإلهية، أو الأفعال الإلهية وهو أربعه أنواع:

---

[1] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج4 / ص 8

[2] - في ظلال القرآن/ سيد قطب / ج 2 / ص798

[3] - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج 1 / ص287

[4] - تفسير روح المعاني / الألوسي / ج 11 /ص 85

أ - عبادة الأوثان كالأحجار والنجوم.

ب - اعتقاد أن الله ثاني اثنين، أو ثالث ثلاثة أو أكثر.

ج - الخضوع عن رضا لغير حكم الله، وإتباع هدى غير هداة.

د - إتباع الهوى"[1].

و يرى الباحث مثال الأول: قوله تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ لِأَبِيهِ آزَرَ أَتَتَّخِذُ أَصْنَاماً آلِهَةً إِنِّي أَرَاكَ وَقَوْمَكَ فِي ضَلالٍ مُبِينٍ**﴾[الأنعام:74]

قال الشوكاني: "قوله : أتتخذ أصناما آلهة الاستفهام للإنكار: أي أتجعلها آلهة لك تبعدها"[2]

وقوله تعالى: ﴿**قَالُوا نَعْبُدُ أَصْنَاماً فَنَظَلُّ لَهَا عَاكِفِينَ** ﴾[الشعراء:71] " أي فنقيم على عبادتها مستمرا لا في وقت معين والمراد من العكوف لها الإقامة على عبادتها "[3]

ويقول تعالى : ﴿**وَجَدْتُهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُونَ لِلشَّمْسِ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ فَهُمْ لا يَهْتَدُون** ﴾[النمل:24]

" وجدت هذه المرأة ملكة سبأ، وقومها من سبأ، يسجدون للشمس فيعبدونها من دون الله"[4]

وقال الألوسي: " أي يعبدونها متجاوزين عبادة الله تعالى"[5]

ومثال الثاني: قوله تعالى: ﴿**وَقَالَتِ الْيَهُودُ عُزَيْرٌ ابْنُ اللَّهِ وَقَالَتِ النَّصَارَى الْمَسِيحُ ابْنُ اللَّهِ ذَلِكَ قَوْلُهُمْ بِأَفْوَاهِهِمْ يُضَاهِئُونَ قَوْلَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ قَبْلُ قَاتَلَهُمُ اللَّهُ أَنَّى يُؤْفَكُون** ﴾ [التوبة:30]

ومثال الثالث: قوله تعالى: ﴿**أَفَحُكْمَ الْجَاهِلِيَّةِ يَبْغُونَ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ حُكْماً لِقَوْمٍ يُوقِنُون** ﴾[المائدة:50]، ﴿**وَمَنْ لَمْ يَحْكُمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُون**﴾[المائدة: 44]

قال البقاعي: " ومن لم يحكم أي: يوجد الحكم ويوقعه على وجه الاستمرار بما أنزل الله أي: الذي له الكمال كله فلا أمر لأحد معه تديناً بالإعراض عنه، أعم من أن يكون تركه له حكماً بغيره أو لا فأولئك أي: البعداء من كل خير هم الكافرون أي: المختصون بالعراقة في الكفر"[6]

---

[1] - توحيد الخالق/د. عبد المجيدعزيز الزنداني/ج2 / ص68/ مكتبه دار المجتمع، دار السلام/ط1 1985م

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2 / ص133

[3] - المرجع السابق / ج 4 / ص104

[4] - جامع البيان / الطبري / ج 8 / ص62820

[5] - روح المعاني / الألوسي / ج10 / ص190

[6] - نظم الدرر / البقاعي / ج 23 / ص460

ومثال الرابع قوله: ﴿**أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ** ﴾[الفرقان:43]

قال الطبري: " شهوته التي يهواها "[1] .

وقال ابن كثير : "أي: مهما استحسن من شيء ورآه حسناً في هــوى نفــسه كــان دينــه ومذهب"[2] وهذا كقولة تعالى :﴿**أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلا تَــذَكَّرُون** ﴾ [الجاثــية:23]

فهذه هي عقيدة الكافر وهي التي تجعله في اضطراب مستمر، تتقاذفــه ألهتــه المتشاكــسة ﴿**ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً رَجُلاً فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلاً سَلَماً لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَــثَلاً الْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لا يَعْلَمُون** ﴾ [الزمر:29]، فهو في بحر متلاطم مــن أمــواج التيــه والقلق وعدم الراحة

﴿ **أَوْ كَظُلُمَاتٍ فِي بَحْرٍ لُجِّيٍّ يَغْشَاهُ مَوْجٌ مِنْ فَوْقِهِ مَوْجٌ مِنْ فَوْقِــهِ سَــحَابٌ ظُلُمَــاتٌ بَعْضُهَا فَوْقَ بَعْضٍ إِذَا أَخْرَجَ يَدَهُ لَمْ يَكَدْ يَرَاهَا وَمَنْ لَمْ يَجْعَلِ اللَّهُ لَهُ نُوراً فَمَا لَهُ مِــنْ نُورٍ**﴾[النور:40]

يقول سيد قطب : " ويتمثل الهول في ظلمات البحر اللجي موج من فوقه موج، من فوقــه سحاب وتتراكم الظلمات بعضها فوق بعض، حتى ليخرج يده أمام بصره فلا يراهــا لــشدة الرعب والظلام!

إنه الكفر ظلمة منقطعة عن نور الله الفائض في الكون وضلال لا يرى فيه القلــب أقــرب علامات الهدى ومخافة لا أمن فيها ولا قرار ... ومن لم يجعل الله له نوراً فما له من نور ونور الله هدى في القلب؛ وتفتح في البصيرة؛ واتصال في الفطرة بنواميس الله في السماوات والأرض؛ والتقاء بها على الله نور السماوات والأرض فمن لم يتصل بهذا النور فهو ظلمة لا انكشاف لها، وفي مخالفة لا أمن فيها وفي ضلال لا رجعة منه ونهاية العمــل ســراب ضائع يقود إلى الهلاك والعذاب؛ لأنه لا عمل بغير عقيدة ولا صلاح بغير إيمان إن هدى الله هو الهدى وإن نور الله هو النور، ذلك مشهد الكفر والضلال والظلام في عالم الناس"[3]

ومن هنا كانت شخصية الكافر غير سوية في عقيدتها فناداها الحق سبحانه وتعالى علــى لسان نبيه ليصحح مسارها وينقلها من الظلمات إلى النور ومن الضلال إلى الهدايــة فقــال:

---

[1] - جامع البيان / . الطبري / ج 8 / ص6141

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3 /ص 389

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4 /ص 2521

﴿قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ أَلَّا نَعْبُدَ إِلَّا اللَّهَ وَلا نُشْرِكَ بِــهِ شَيْئاً وَلا يَتَّخِذَ بَعْضُنَا بَعْضاً أَرْبَاباً مِنْ دُونِ اللَّهِ ﴾[آل عمران: 64].

أي:" تعالوا إليها حتى لا نقول عزير ابن الله ولا المسيح ابن الله لأن كل واحد منهما بشر مثلنا ولا نطيع أحبارنا فيما أحدثوا من التحريم والتحليل من غير رجوع إلى ما شرع"[1]

ب - صفات تتعلق بالعبادة:

يقول تعالى: ﴿**وَاتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ آلِهَةً لا يَخْلُقُونَ شَيْئاً وَهُــمْ يُخْلَقُــونَ وَلا يَمْلِكُــونَ لِأَنْفُسِهِمْ ضَرّاً وَلا نَفْعاً وَلا يَمْلِكُونَ مَوْتاً وَلا حَيَاةً وَلا نُشُوراً**﴾[الفرقان:3]

قال الشنقيطي: "ذكر جلَّ وعلا في هذه الآية الكريمة أن الآلهة التي يعبدها المــشركون مــن دونه، متّصفة بستّة أشياء كل واحد منها برهان قاطع، أن عبادتها مع اللَّــه، لا وجــه لهــا بحـ ال، بل هي ظلم متناه، وجهل عظيم...وهي:

الأول منها: أنها لا تخلق شيئًا، أي: لا تقدر على خلق شيء.

والثاني منها: أنها مخلوقة كلّها، أي: خلقها خالق كل شيء.

والثالث: أنها لا تملك لأنفسها ضرًّا ولا نفعًا.

الرابع والخامس والسادس: أنها لا تملك موتًا، ولا حياة، ولا نشورًا، أي: بعثًا بعد المــوت، وهذه الأمور الستّة المذكورة في هذه الآية الكريمة"[2]

ج - صفات تتعلق بالأخلاق:

ومنها:

1 - نقض العهد وقطيعة الرحم والإفساد في الأرض:

قال تعالى: ﴿**وَأَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا فَيَقُولُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلاً يُضِلُّ بِهِ كَثِيراً وَيَهْدِي بِهِ كَثِيراً وَمَا يُضِلُّ بِهِ إِلَّا الْفَاسِقِينَ الَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ** ﴾[البقرة:26 27]

قال ابن كثير : "فالفاسق يشمل الكافر والعاصي، ولكن فسْق الكافر أشد وأفحش، والمراد من الآية الفاسق الكافر.... وهذه الصفات صفات الكفار ذكرها تعالى في سورة الرعد فقــال: ﴿

---

[1] - الكشاف / أبو القاسم جار الله محمود بن عمر الزمخشري / ج 1/ ص194 / دار المعرفــة بــدون طبعه

[2] - أضواء البيان / الشنقيطي / ج6 / ص268 بتصرف

وَالَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الأَرْضِ أُولَئِكَ لَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ ﴾[الرعد: 25]"[1] .

2 - الكذب:

قال تعالى: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ لا يَهْدِيهِمُ اللَّهُ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْكَاذِبُونَ** ﴾[النحل:105 104]

قال ابن كثير : " يخبر تعالى أنه لا يهدي من أعرض عن ذكره وتغافل عما أنزله على رسوله، ولم يكن له قصد إلى الإيمان بما جاء من عند الله، فهذا الجنس من الناس لا يهديهم الله إلى الإيمان بآياته وما أرسل به رسله في الدنيا، ولهم عذاب أليم موجع في الآخرة.

ثم أخبر تعالى أن رسوله ليس بمفتر ولا كذَّاب؛ لأنه إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ على الله وعلى رسوله شرارُ الخلق، ﴿ **الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ** ﴾ من الكفرة والملحدين المعروفين بالكذب عند الناس"[2]

3 - الخيانة:

قال الله ﷻ:﴿**وَإِمَّا تَخَافَنَّ مِنْ قَوْمٍ خِيَانَةً فَانْبِذْ إِلَيْهِمْ عَلَى سَوَاءٍ إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْخَائِنِينَ** ﴾ [الأنفال:58] قال الشوكاني : خيانة " أي غشا ونقضا للعهد من القوم المعاهدين"[3]

4 - الذلة والمسكنة والقتل والمعصية والاعتداء :

قال تعالى: ﴿**وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّينَ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ** ﴾ **[**البقرة: 61**]**

يقول الصابوني: " أي لزمهم الذل والهوان، وضرب عليهم الصغار والخزي الأبدي الذي لا يفارقهم مدى الحياة، وانصرفوا ورجعوا بالغضب والسخط الشديد من الله بما نالوه من الذل والهوان والسخط والغضب، بسبب ما اقترفوه من الجرائم الشنيعة، بسبب كفرهم بآيات الله جحوداً واستكباراً، وقتلهم الرسل ظلماً وعدواناً، وبسبب عصيانهم وطغيانهم وتمردهم على أ حكام الله"[4]

يقول سيد قطب والحديث عن اليهود وهم كفار بمعنى أنهم شخصية غير سوية - :

---

[1] - تفسير القرآن العظيم /ابن كثير / ج1 /ص 110

[2] - المرجع السابق/ ج 2 / ص764

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2 / ص 322

[4] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني/ ج 1 / ص62

" فإن ضرب الذلة والمسكنة عليهم، وعودتهم بغضب الله ...بعد وقوع ما ذكرته الآية في ختامها: ﴿ **ذلك بأنهم كانوا يكفرون بآيات الله، ويقتلون النبيين بغير الحق . ذلك بما عصوا وكانوا يعتدون** ﴾، وقد وقع هذا منهم متأخراً بعد عهد موسى بأجيال ... ولم يشهد تاريخ أمة ما شهده تاريخ إسرائيل من قسوة وجحود واعتداء وتنكر للهداة فقد قتلوا وذبحوا ونشروا بالمناشير عدداً من أنبيائهم - وهي أشنع فعلة تصدر من أمة مع دعاة الحق المخلصين - وقد كفروا أشنع الكفر، واعتدوا أشنع الاعتداء، وعصوا أبشع المعصية وكان لهم في كل ميدان من هذه الميادين أفاعيل ليست مثلها أفاعيل"[1]

يقول الباحث: ولا أدل على هذا من اعتدائهم على غزة في معركة الفرقان، وقتلهم للنساء، والأطفال والشيوخ، وتدمير بيوت الله، والمدارس، و المشافي، وعدم احترامهم لكل الحقوق والمواثيق الدولية والإنسانية، مما يدل على مرض الشخصية اليهودية غير السوية

ج - صفات تتعلق بالمعاملات:

1 - التبخيس في آيات الله وعدم الوفاء بالعهد:

قال تعالى : ﴿**اشْتَرَوْا بِآيَاتِ اللَّهِ ثَمَناً قَلِيلاً فَصَدُّوا عَنْ سَبِيلِهِ إِنَّهُمْ سَاءَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ لا يَرْقُبُونَ فِي مُؤْمِنٍ إِلّاً وَلا ذِمَّةً وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُعْتَدُونَ** ﴾[التوبة:9 10]

قال الشوكاني: " اشتروا بآيات الله ثمنا قليلا : أي استبدلوا بآيات القرآن التي من جملتها ما فيه الأمر بالوفاء بالعهود ثمنا قليلا حقيرا، وهو ما آثروه من حطام الدنيا فصدوا عن سبيله: أي فعدلوا وأعرضوا عن سبيل الحق أو صرفوا غيرهم عنه"[2]

2 - أكل أموال الناس بالباطل والصد عن سبيل الله وكنز الأموال:

قال تعالى : ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّ كَثِيراً مِنَ الْأَحْبَارِ وَالرُّهْبَانِ لَيَأْكُلُونَ أَمْوَالَ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلا يُنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ**﴾ [التوبة:34]

يقول ابن كثير: " وذلك أنهم يأكلون الدنيا بالدين ومناصبهم ورياستهم في الناس، يأكلون أموالهم بذلك... استمروا على ضلالهم وكفرهم وعنادهم، طمعا منهم أن تبقى لهم تلك الرياسات، فأطفأها الله بنور النبوة، وسلبهم إياها، وعوضهم بالذلة والمسكنة، وباءوا بغضب من الله، وقوله تعالى: ﴿ **وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ** ﴾ أي: وهم مع أكلهم الحرام يصدون

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 1/ ص 75

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2 / ص 340

الناس عن إتباع الحق، ويُلبسون الحق بالباطل، ويظهرون لمن اتبعهم من الجهلة أنهم يدعون إلى الخير، وليسوا كما يزعمون"[1]

نموذج الشخصية الغير سوية الكافرة:

يقول الباحث: لقد ذكر القرآن الكريم شخصية فرعون كنموذج للشخصية الغير سوية الكافرة ومنها:

الشخصية المتعالية المتكبرة : قال تعالى : ﴿**فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى**﴾[النازعات:24] وقال: ﴿**ثُمَّ بَعَثْنَا مِنْ بَعْدِهِمْ مُوسَى وَهَارُونَ إِلَى فِرْعَوْنَ وَمَلَأِه بِآيَاتِنَا فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا قَوْماً مُجْرِمِين** ﴾[يونس:75]، وقال: ﴿ **وَإِنَّ فِرْعَوْنَ لَعَالٍ فِي الْأَرْضِ وَإِنَّهُ لَمِنَ الْمُسْرِفِين** ﴾[يونس: 83]، وقال: ﴿**إِلَى فِرْعَوْنَ وَمَلَأِهِ فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا قَوْماً عَالِين** ﴾ [المؤمنون:46]

الشخصية المستبدة: قال تعالى: ﴿**وَقَالَ فِرْعَوْنُ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُ مَا عَلِمْتُ لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرِي**﴾[القصص: 38]، وقال: ﴿ **قَالَ فِرْعَوْنُ مَا أُرِيكُمْ إِلَّا مَا أَرَى وَمَا أَهْدِيكُمْ إِلَّا سَبِيلَ الرَّشَاد**﴾[غافر: 29]

الشخصية المسرفة: قال تعالى: ﴿**مِنْ فِرْعَوْنَ إِنَّهُ كَانَ عَالِياً مِنَ الْمُسْرِفِين**﴾ **[الدخان:31]**

الشخصية الطاغية: قال تعالى: ﴿ **فَأَتْبَعَهُمْ فِرْعَوْنُ وَجُنُودُهُ بَغْياً وَعَدْواً** ﴾[يونس: 90] وقال : ﴿**اذْهَبْ إِلَى فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَى**﴾[طه:24]

الشخصية الخاطئة: قال تعالى: ﴿**إِنَّ فِرْعَوْنَ وَهَامَانَ وَجُنُودَهُمَا كَانُوا خَاطِئِين** ﴾ [القصص: 8]

الشخصية متعطشة للقتل والدماء: قال تعالى: ﴿ **قَالَ سَنُقَتِّلُ أَبْنَاءَهُمْ وَنَسْتَحْيِي نِسَاءَهُمْ وَإِنَّا فَوْقَهُمْ قَاهِرُون** ﴾ [الأعراف: 127]، وقال: ﴿**وَإِذْ أَنْجَيْنَاكُمْ مِنْ آلِ فِرْعَوْنَ يَسُومُونَكُمْ سُوءَ الْعَذَابِ يُقَتِّلُونَ أَبْنَاءَكُمْ وَيَسْتَحْيُونَ نِسَاءَكُمْ** ﴾[الأعراف: 141]، وقال: ﴿**وَقَالَ فِرْعَوْنُ ذَرُونِي أَقْتُلْ مُوسَى** ﴾[غافر:26]

2 - أوصاف شخصية المنافق:

وقد ذكر القرآن الكريم صفات كثيرة جداً لهذا النمط من الناس فهم من أخبث وأضل و أخطر الشخصيات فهي ليست شخصية صحيحة سليمة وواضحة في إيمانها كشخصية المؤمن، ولا

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ص462 / ج 2

هي شخصية تصارح بمرضها و ضلالها كشخصية الكافر إلا في أمثالهـا وأشـباهها فهـي شخصية غير سوية بل هي شخصية سقيمة ومتذبذبة،قال تعالى: ﴿**مُذَبْذَبِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لا إِلَى هَؤُلاءِ وَلا إِلَى هَؤُلاءِ**﴾ [النساء: 143]، فهذه الشخصية مريضة وصفها القرآن الكريم فقال: ﴿**فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضاً** ﴾ [البقرة: 10] "أي في قلوبهم شك ونفاق فزادهم الله رجساً فوق رجسهم، وضلالاً فوق ضلالهم"[1]

وقد وصفها بصفات تميزها عن غيرها، ومن هذه الصفات:

أ - صفات تتعلق بالعقيدة

ب - صفات تتعلق بالعبادة

ج - صفات تتعلق بالأخلاق

د - صفات تتعلق بمعاملاتهم.

أ - صفات تتعلق بالعقيدة: ومنها:

1 - الكفر:

قال تعالى : ﴿**يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ مَا قَالُوا وَلَقَدْ قَالُوا كَلِمَةَ الْكُفْرِ وَكَفَرُوا بَعْدَ إِسْلامِهِمْ**﴾[التوبة: 74]

قال أبو السعود : "وكفروا بعد إسلامهم أي وأظهروا ما في قلوبهم من الكفر بعد إظهارهم الإسلام "[2]

2 - إظهار الإيمان باللسان وإضمار الكفر:

قال تعالى : ﴿**إِذَا جَاءَكَ الْمُنَافِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَكَاذِبُون** ﴾[المنافقون:1]

"يشهدون أن محمدا رسول الله صلى الله عليه وسلم اعترافا بالإيمان ونفيا للنفاق عن أنفسهم، وهو الأشبه، ﴿**وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ**﴾ كما قالوه بألسنتهم ﴿**وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَكَاذِبُون**﴾ أي فيما أظهروا من شهادتهم وحلفهم بألسنتهم"[3].

3 - السخرية بالدين:

---

[1] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج1 / ص 35

[2] - تفسير أبي السعود / أبو السعود/ ج 2 / ص 428

[3] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج 9/ ص 362

قال تعـالى : ﴿إِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ غَرَّ هَؤُلاءِ دِينُهُمْ﴾[الأنفال:49]

يقول سيد قطب : " هي قولة المنافقين والذين في قلوبهم مرض كلما رأوا العصبة المسلمة تتعرض لجحافل الطاغوت في عنفوانه؛ وعدتها الأساسية التي تملكها هي هذا الدين؛ وهي هذه العقيدة الدافعة الدافقة؛ وهي الغيرة على إلوهية الله وعلى حرمات الله؛ وهي التوكل على الله والثقة بنصره لأوليائه .

إن المنافقين والذين في قلوبهم مرض يقفون ليتفرجوا والعصبة المسلمة تصارع جحافل الطاغوت، وفي نفوسهم سخرية من هذه العصبة التي تتصدى للخطر، وتستخف بالخطر!

وفي نفوسهم عجب ودهشة في اقتحام العصبة المسلمة للمكارة الظاهرة وللأخطار الواضحة "[1].

يقول الباحث: ولقد تم هذا الأمر في معركة المقاومة في قطاع غزة مع الاحتلال الغاشم في عدوانه يوم معركة الفرقان، حيث تَنكب الكثير من المنافقين والذين في قلوبهم مرض لمواجهة العدوان، وتندروا وتفكهوا على المقاومة، وهي تقاتل بأسلحة وعتاد محدود آلة الحرب الصهيونية المتطورة بأحدث أنواع التكنولوجيا، والأسلحة المحرمة دوليًا، وقالوا كلمات مشابهة لما قاله المنافقون، والذين في قلوبهم مرض غر هؤلاء دينهم، إلا أن الله لم يضيع جنده بل نصرهم نصراً عزيزاً، حفظ فيه صمود قطاع غزة وثباته، وجهاد مقاومته الباسلة .

ومن سخريتهم واستهزائهم بالدين ما قاله تعالى : ﴿وَلَئِنْ سَأَلْتَهُمْ لَيَقُولُنَّ إِنَّمَا كُنَّا نَخُوضُ وَنَلْعَبُ قُلْ أَبِاللَّهِ وَآيَاتِهِ وَرَسُولِهِ كُنْتُمْ تَسْتَهْزِئُونَ ﴾[التوبة:65]

قال الشوكاني : " أي: ولئن سألتهم عما قالوه من الطعن في الدين وثلب المؤمنين بعد أن يبلغ إليه ذلك ويطلعك الله عليه ليقولن إنما كنا نخوض ونلعب ولم نكن في شيء من أمرك ولا أمر المؤمنين ثم أمره الله يجيب عنهم فقال : ﴿ قُلْ أَبِاللَّهِ وَآيَاتِهِ وَرَسُولِهِ كُنْتُمْ تَسْتَهْزِئُونَ ﴾ والاستفهام للتقريع والتوبيخ وأثبت وقوع ذلك منهم ولم يعبأ بإنكارهم لأنهم كانوا كاذبين في الإنكار بل جعلهم كالمعترفين بوقوع ذلك منهم حيث جعل المستهزأ به والباء لحرف النفي فإن ذلك إنما يكون بعد وقوع الاستهزاء وثبوته"[2]

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص 1533

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص 377

وقال سيد قطب : " إنما كنا نخوض ونلعب كأن هذه المسائل الكبرى التي يتصدون لهـا، وهي ذات صلة وثيقة بأصل العقيدة كأن هذه المسائل مما يخاض فيه ويلعب قـل: أبـالله وآياته ورسوله كنتم تستهزئون؟ .

لذلك، لعظم الجريمة، يجابههم بأنهم قالوا كلمة الكفر وكفروا بعد إيمانهم الـذي أظهـروه، وينذرهم بالعذاب، الذي إن تخلف عن بعضهم لمسارعته إلى التوبة وإلى الإيمان الـصحيح، فإنه لن يصرف عن بعضهم الذي ظل على نفاقه واستهزائه بآيات الله ورسـوله، وبعقيدتـه ودينه بأنهم كانوا مجرمين "[1].

4 - الولاء للكفار:

يقول تعالى: ﴿**أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ نَافَقُوا يَقُولُونَ لِإِخْوَانِهِمُ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَئِنْ أُخْرِجْتُمْ لَنَخْرُجَنَّ مَعَكُمْ وَلا نُطِيعُ فِيكُمْ أَحَداً أَبَداً وَإِنْ قُوتِلْتُمْ لَنَنْصُرَنَّكُمْ وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ**﴾ [الحشر:11] يقول سعيد حوي : " من أول مظاهر الولاء:

1 النصرة.

2 عدم طاعة الله في الكافرين.

3 ربط المصير بالمصير.

نأخذ هذا من الآية السابقة ، ويدخل في هذا النوع من الولاء أعمال كثير من السياسيين الذين يدافعون عن الكافرين والملحدين ، سواء كانوا أفراداً أو جماعات أو أحزاباً.

ومن مظاهر الولاء أعطاء الكافرين أسرار المؤمنين.

ومن مظاهر الولاء المحبة والمودة : قال تعالى : ﴿**لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ**﴾[المجادلة: من الآية22]

ومن مظاهر الولاء المجالسة للكافرين والمنافقين اختياراً، وسماع كلامهم القبيح مع استمرار في الجلسة دون الرد أو الغضب أو الخروج قال تعالى : ﴿**وَقَدْ نَزَّلَ عَلَيْكُمْ فِي الْكِتَابِ أَنْ إِذَا سَمِعْتُمْ آيَاتِ اللَّهِ يُكْفَرُ بِهَا وَيُسْتَهْزَأُ بِهَا فَلا تَقْعُدُوا مَعَهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ إِنَّكُمْ إِذاً مِثْلُهُمْ إِنَّ اللَّهَ جَامِعُ الْمُنَافِقِينَ وَالْكَافِرِينَ فِي جَهَنَّمَ جَمِيعاً**﴾[النساء:140]"[2]

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص1672

[2] - جند الله ثقافة وأخلاقاً / سعيد حوى / ص175 176 / دار السلام / ط4 / 205م

يقول الباحث: ولخطر الولاء من المنافق للكفار توعد الله المنافقين بعقاب مؤلم ودائـم فـي الآخرة قال تعالى : ﴿**بَشِّرِ الْمُنَافِقِينَ بِأَنَّ لَهُمْ عَذَاباً أَلِيما الَّذِينَ يَتَّخِذُونَ الْكَافِرِينَ أَوْلِيَاءَ مِنْ دُونِ الْمُؤْمِنِينَ أَيَبْتَغُونَ عِنْدَهُمُ الْعِزَّةَ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعاً**﴾[النساء:138 139]

ب - صفات تتعلق بالعبادة: ومنها:

1 - الكسل والرياء في العبادة وقله ذكر الله:

قال تعالى: ﴿**إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاؤُونَ النَّاسَ وَلا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلاً**﴾[النساء:142]

أي: " ولا يأتون الصلاة إلا حال كونهم متثاقلين"[1]

2 - كراهيتهم للإنفاق:

يقول تعالى: ﴿**وَمَا مَنَعَهُمْ أَنْ تُقْبَلَ مِنْهُمْ نَفَقَاتُهُمْ إِلَّا أَنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ وَبِرَسُولِهِ وَلا يَأْتُونَ الصَّلاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَى وَلا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَارِهُونَ** ﴾[التوبة:54]

قال أبو السعود: " أي ما منعهم قبول نفقاتهم منهم شيء من الأشياء إلا كفرهم ... ولا ينفقون إلا وهم كارهون لأنهم لا يرجون بهما ثوابًا ولا يخافون على تركهما عقابًا وقوله طوعا أي: من غير إلزام من جهته صلى الله عليه و سلم لا رغبة أو هو فرضي لتوسيع الدائرة "[2]

3 - يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف:

يقول تعالى: ﴿**الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ بَعْضُهُمْ مِنْ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمُنْكَرِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمَعْرُوفِ وَيَقْبِضُونَ أَيْدِيَهُمْ نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُون** ﴾ [التوبة:67]

قال الشوكاني: " ذكر هاهنا جملة أحوال المنافقين وأن ذكورهم في ذلك كإناثهم وأنهم متناهون في النفاق والبعد عن الإيمان وفيه إشارة إلى نفي أن يكونوا من المؤمنين فهم يأمرون بالمنكر وهو كل قبيح عقلا أو شرعا، ويحلفون بالله إنهم لمنكم وهم ليسوا من المؤمنين ولكنهم - المنافقون والمنافقات - متشابهون في الأمر بالمنكر والنهي عن المعروف ويشحون فيما ينبغي إخراجه من المال في الصدقة والصلة والجهاد وتركوا ما أمرهم الله به فتركهم من رحمته وفضله لأن النسيان الحقيقي لا يصح إطلاقه على الله سبحانه وإنما أطلق

[1] - تفسير أبي السعود / أبو السعود/ ج2 / ص417

[2] - المرجع السابق /ج2 / ص 412

عليه هنا من باب المشاكلة المعروفة في علم البيان ثم حكم عليهم بالفسق بالخروج عن طاعة الله إلى معاصيه وهذا التركيب يفيد أنهم هم الكاملون في الفسق "[1]

ويقول سيد قطب : " المنافقون والمنافقات من طينة واحدة، وطبيعة واحدة المنافقون في كل زمان وفي كل مكان تختلف أفعالهم وأقوالهم، ولكنها ترجع إلى طبع واحد، وتنبع من معين واحد سوء الطوية ولؤم السريرة، والغمز والدس، والضعف عن المواجهة، والجبن عن المصارحة تلك سماتهم الأصلية أما سلوكهم فهو الأمر بالمنكر والنهي عن المعروف، والبخل بالمال إلا أن يبذلوه رئاء الناس وهم حين يأمرون بالمنكر وينهون عن المعروف يستخفون بهما، ويفعلون ذلك دساً وهمساً، وغمزاً ولمزاً، لأنهم لا يجرؤون على الجهر إلا حين يأمنون إنهم نسوا الله فلا يحسبون إلا حساب الناس وحساب المصلحة، ولا يخشون إلا الأقوياء من الناس يذلون لهم ويدارونهم فنسيهم الله فلا وزن لهم ولا اعتبار .

إن المنافقين خارجون عن الإيمان، منحرفون عن الطريق، وقد وعدهم الله مصيراً كمصير الكفار : ﴿**وَعَدَ اللَّهُ الْمُنَافِقِينَ وَالْمُنَافِقَاتِ وَالْكُفَّارَ نَارَ جَهَنَّمَ خَالِدِينَ فِيهَا هِيَ حَسْبُهُمْ** ﴾ [التوبة: 68] وفيها كفايتهم وهي كفاء إجرامهم ، ﴿ **وَلَعَنَهُمُ اللَّهُ** ﴾فهم مطرودون من رحمته ﴿**وَلَهُمْ عَذَابٌ مُقِيمٌ**﴾، هذه الطبيعة الفاسقة المنحرفة الضالة، ليست جديدة، ففي تاريخ البشرية لها نظائر وأمثال ولقد حوى تاريخ البشرية من قبل هؤلاء نماذج كثيرة من هذا الطراز ولقد لاقى السابقون مصائر تليق بفسوقهم عن الفطرة المستقيمة والطريق القويمة، بعدما استمتعوا بنصيبهم المقدر لهم في هذه الأرض، وكانوا أشد قوة وأكثر أموالاً وأولاداً فلم يغن عنهم من ذلك كله شيء "[2].

ج - صفات تتعلق بالأخلاق: ومنها :

1 - الغدر وعدم الوفاء بالعهد:

قال تعالى : ﴿**وَمِنْهُمْ مَنْ عَاهَدَ اللَّهَ لَئِنْ آتَانَا مِنْ فَضْلِهِ لَنَصَّدَّقَنَّ وَلَنَكُونَنَّ مِنَ الصَّالِحِينَ فَلَمَّا آتَاهُمْ مِنْ فَضْلِهِ بَخِلُوا بِهِ وَتَوَلَّوْا وَهُمْ مُعْرِضُونَ فَأَعْقَبَهُمْ نِفَاقاً فِي قُلُوبِهِمْ إِلَى يَوْمِ يَلْقَوْنَهُ بِمَا أَخْلَفُوا اللَّهَ مَا وَعَدُوهُ وَبِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ الَّذِينَ يَلْمِزُونَ الْمُطَّوِّعِينَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فِي الصَّدَقَاتِ وَالَّذِينَ لا يَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ فَيَسْخَرُونَ مِنْهُمْ سَخِرَ اللَّهُ مِنْهُمْ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ**﴾ [التوبة:75 -79]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص379

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص1673

قال الشوكاني: " أي فأعقبهم الله بسبب البخل الذي وقع منهم والإعراض نفاقا كائنا في قلوبهم متمكنا منها مستمرا فيها إلى يوم يلقون الله ﷻ ، وقيل: إن الضمير يرجع إلى البخل: أي فأعقبهم البخل بما عاهدوا الله عليه نفاقا كائنا في قلوبهم إلى يوم يلقون بخلهم جزاء بخلهم ومعنى فأعقبهم أن الله سبحانه جعل النفاق المتمكن في قلوبهم إلى تلك الغاية عاقبة ما وقع منهم من البخل والباء في بما: للسببية : أي بسبب إخلافهم لما وعدوه من التصدق والصلاح وكذلك الباء في وبما أي: وبسبب تكذيبهم بما جاء به رسول الله ﷺ"[1]

ويقول ابن كثير : " أي: ومن المنافقين من أعطى الله عهده وميثاقه: لئن أغناه من فضله ليصدقن من ماله، وليكونن من الصالحين فما وفى بما قال، ولا صدق فيما ادعى، فأعقبهم هذا الصنيع نفاقا سكن في قلوبهم إلى يوم يلقون اللهﷻ يوم القيامة، عياذا بالله من ذلك."[2]

وقد وصف النبي ﷺ أخلاق المنافق وصفاً جامعاً ليجلي للناس أمرهم فيقول : **(أربع من كن فيه كان منافقاً خالصاً ومن كانت فيه خصلة منهن كانت فيه خصلة من نفاق حتى يدعها: إذا اؤتمن خان ، وإذا حدث كذب، وإذا عاهد غدر، وإذا خاصم فجر)**[3]

2 - الاستهزاء بالمؤمنين :

قال تعالى: ﴿**وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ آمَنُوا قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا إِلَى شَيَاطِينِهِمْ قَالُوا إِنَّا مَعَكُمْ إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزِئُونَ اللَّهُ يَسْتَهْزِئُ بِهِمْ وَيَمُدُّهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُون** ﴾[البقرة:14 15]

"إنما نحن مستهزئون" بالله وبكتابه ورسوله وأصحابه"[4] لذا قال الله تعالى عنهم: ﴿**يَحْذَرُ الْمُنَافِقُونَ أَنْ تُنَزَّلَ عَلَيْهِمْ سُورَةٌ تُنَبِّئُهُمْ بِمَا فِي قُلُوبِهِمْ قُلِ اسْتَهْزِئُوا إِنَّ اللَّهَ مُخْرِجٌ مَا تَحْذَرُون** ﴾[التوبة:64]

3 - الكذب:

يقول تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَكَاذِبُون** ﴾[المنافقون: 1]

قال الرازي: "أضمروا غير ما أظهروا، وإنه يدل على أن حقيقة الإيمان بالقلب، وحقيقة كل كلام كذلك فإن من أخبر عن شيء واعتقد بخلافه فهو كاذب"[5]

وقال القرطبي : " أي فيما أظهروا من شهادتهم وحلفهم بألسنتهم."[1]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 385/2

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص493

[3] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح16 / ج 1/ ص 12 / ك الإيمان / ب علامة المنافق

[4] - جامع البيان / الطبري / ج 1 / ص151

[5] - التفسير الكبير / الفخر الرازي / ج 8/ ص149

ويقول سيد قطب : " كانوا يجيئون إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فيشهدون بين يديه برسالته شهادة باللسان، لا يقصدون بها وجه الحق، إنما يقولونها للتقية، وليخفوا أمرهم وحقيقتهم على المسلمين فهم كاذبون في أنهم جاءوا ليشهدوا هذه الشهادة، فقد جاءوا ليخدعوا المسلمين بها، ويداروا أنفسهم بقولها ومن ثم يكذبهم الله في شهادتهم بعد التحفظ الذي يثبت حقيقة الرسالة"[2].

4 - الجبن والخوف:

يقول تعالى: ﴿**وَيَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنَّهُمْ لَمِنْكُمْ وَمَا هُمْ مِنْكُمْ وَلَكِنَّهُمْ قَوْمٌ يَفْرَقُونَ لَوْ يَجِدُونَ مَلْجَأً أَوْ مَغَارَاتٍ أَوْ مُدَّخَلاً لَوَلَّوْا إِلَيْهِ وَهُمْ يَجْمَحُونَ** ﴾[التوبة:56 57]

قال ابن كثير: " يخبر الله تعالى نبيه، صلوات الله وسلامه عليه، عن جزعهم وفزعهم وفرقهم وهلعهم أنهم ﴿ **يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنَّهُمْ لَمِنْكُمْ** ﴾يمينًا مؤكدة، ﴿ **وَمَا هُمْ مِنْكُمْ** ﴾ أي: في نفس الأمر، ﴿ **وَلَكِنَّهُمْ قَوْمٌ يَفْرَقُونَ** ﴾ أي: فهو الذي حملهم على الحلف ﴿ **لَوْ يَجِدُونَ مَلْجَأً** ﴾ أي: حصنا يتحصنون به، وحرزا يحترزون به، ﴿ **أَوْ مَغَارَاتٍ** ﴾ وهي التي في الجبال، ﴿**أَوْ مُدَّخَلا** ﴾ وهو السَّرَب في الأرض والنفَق ﴿ **لَوَلَّوْا إِلَيْهِ وَهُمْ يَجْمَحُونَ** ﴾ أي: يسرعون في ذهابهم عنكم، لأنهم إنما يخالطونكم كرها لا محبة، وودوا أنهم لا يخالطونكم"[3]

د - صفات تتعلق بالمعاملات: ومنها:

1 - التثبيط وبث الشائعات:

يقول تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَتْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ يَا أَهْلَ يَثْرِبَ لا مُقَامَ لَكُمْ فَارْجِعُوا وَيَسْتَأْذِنُ فَرِيقٌ مِنْهُمُ النَّبِيَّ يَقُولُونَ إِنَّ بُيُوتَنَا عَوْرَةٌ وَمَا هِيَ بِعَوْرَةٍ إِنْ يُرِيدُونَ إِلَّا فِرَاراً وَلَوْ دُخِلَتْ عَلَيْهِمْ مِنْ أَقْطَارِهَا ثُمَّ سُئِلُوا الْفِتْنَةَ لَآتَوْهَا وَمَا تَلَبَّثُوا بِهَا إِلَّا يَسِيراً**﴾[الأحزاب:13 14]

أي: " لا قرار لكم ههنا ولا مكان تقومون فيه أو تقيمون فَارْجِعُوا عن الإيمان إلى الكفر"[4]

" ﴿**لا مُقَامَ لَكُمْ**﴾ لا موضع إقامة لكم ههنا لكثرة العدو وغلبة الأحزاب يريدون المعسكر ﴿**فَارْجِعُوا**﴾ أي: إلى منازلكم بالمدينة ومرادهم الأمر بالفرار لكنهم عبروا عنه بالرجوع وترويجاً لمقالهم وإيذاناً بأنه ليس من قبيل الفرار المذموم وقد ثبطوا الناس عن الجهاد

---

[1] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج 9/ ص362

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3574

[3] تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص479

[4] - تفسير النسفي / النسفي / ج 3/ ص297

والرباط لنفاقهم ومرضهم ولم يوافقهم إلا أمثالهم فإن المؤمن المخلص لا يختار إلا الله ورسوله وفي إشارة إلى حال أهل الفساد والإفساد في هذه الأمة إلى يوم القيامة"[1]

ويقول تعالى مشيراً إلى تثبيطهم وبثهم للشائعات بغرض تفتيت صفوف المسلمين: ﴿**قَدْ يَعْلَمُ اللَّهُ الْمُعَوِّقِينَ مِنْكُمْ وَالْقَائِلِينَ لِإِخْوَانِهِمْ هَلُمَّ إِلَيْنَا وَلا يَأْتُونَ الْبَأْسَ إِلَّا قَلِيلاً**﴾ [الأحزاب:18]

"والمعنى قد علم الله المثبطين للناس عن نصرة رسول الله صلى الله عليه وسلّم الصارفين عن طريق الخير وهم المنافقون أياً من كان منهم"[2].

2 - الإضرار بالمسلمين:

يقول تعالى:﴿**وَالَّذِينَ اتَّخَذُوا مَسْجِداً ضِرَاراً وَكُفْراً وَتَفْرِيقاً بَيْنَ الْمُؤْمِنِينَ وَإِرْصَاداً لِمَنْ حَارَبَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ مِنْ قَبْلُ وَلَيَحْلِفُنَّ إِنْ أَرَدْنَا إِلَّا الْحُسْنَى وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّهُمْ لَكَاذِبُون**﴾ [التوبة:107]

يقول سيد قطب : " هذا المسجد - مسجد الضرار - الذي اتخذ على عهد رسول الله - صلى الله عليه وسلم - مكيدة للإسلام والمسلمين، لا يراد به إلا الإضرار بالمسلمين، وإلا الكفر بالله، وإلا ستر المتآمرين على الجماعة المسلمة، الكائدين لها في الظلام، وإلا التعاون مع أعداء هذا الدين على الكيد له تحت ستار الدين ... هذا المسجد ما يزال يتخذ في صور شتى تلائم ارتقاء الوسائل الخبيثة التي يتخذها أعداء هذا الدين"[3] .

3 - الإفساد في الأرض:

يقول تعالى: ﴿**وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ أَلا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لا يَشْعُرُون** ﴾[البقرة:11 12]

" الفساد: العدول عن الاستقامة وهو ضد الصلاح "[4]

قال النسفي : " والفساد في الأرض هيج الحروب والفتن لأن في ذلك فساد ما في الأرض وانتفاء الاستقامة عن أحوال الناس والزروع والمنافع الدينية والدنيوية "[5]

---

[1] - روح البيان / اسماعيل حقي البروسوي / ج 7 / ص 152

[2] - المرجع السابق / ج 7/ ص156

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص1710

[4] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج1/ ص 34

[5] - تفسير النسفي / النسفي / ج1/ ص 20

و قال الشوكاني : " والمراد في الآية : ﴿ **لا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ** ﴾ بالنفاق وموالاة الكفرة وتفريق الناس عن الإيمان بمحمد صلى الله عليه و سلم والقرآن فإنكم إذا فعلتم ذلك فسد ما في الأرض بهلاك الأبدان وخراب الديار وبطلان الذرائع كما هو مشاهد عند ثوران الفتن والتنازع وإنما من أدوات القصر كما هو مبين في علم المعاني والصلاح ضد الفساد لما نهاهم الله عن الفساد الذي هو دأبهم أجابوا بهذه الدعوى العريضة ونقلوا أنفسهم من الاتصاف بما هي عليه حقيقة وهو الفساد إلى الاتصاف بما هو ضد لذلك وهو الصلاح ولم يقفوا عند هذا الكذب البحت والزور المحض حتى جعلوا صفة الصلاح مختصة بهم خالصة لهم فرد الله عليهم ذلك أبلغ رد"[1]

4 - الخداع:

يقول تعالى:﴿**يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُون** ﴾ [البقرة:9]

"الخداع: المكر والاحتيال وإظهار خلاف الباطن، وأصله الإخفاء "[2]

ويقول الشعراوي : " وهي صفة تدل على غفلتهم وحمق تفكيرهم، فإنهم يحسبون أنهم بنفاقهم يخدعون الله سبحانه وتعالى، وهل يستطيع بشر أن يخدع رب العالمين؟"[3]

ويقول الطبري:" وخداعُ المنافق ربَّه والمؤمنينَ، إظهارُه لسانه من القول والتصديق، خلافَ الذي في قلبه من الشكّ والتكذيب، ليدْرَأ عن نفسه، بما أظهر بلسانه، حكمَ الله ﷻ من القَتْل والسِّباء فذلك خِداعُه ربَّه وأهلَ الإيمان بالله"[4]

وقال الشوكاني: " ﴿ **يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا** ﴾ قال: هؤلاء المنافقون يخادعون الله ورسوله والذين آمنوا أنهم يؤمنون بما أظهروه وعن قوله : ﴿ **وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُون** ﴾ أنهم ضروا أنفسهم بما أضمروا من الكفر والنفاق"[5]

5 - التحريض على المؤمنين:

يقول تعالى: ﴿**هُمُ الَّذِينَ يَقُولُونَ لا تُنْفِقُوا عَلَى مَنْ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ حَتَّى يَنْفَضُّوا وَلِلَّهِ خَزَائِنُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَكِنَّ الْمُنَافِقِينَ لا يَفْقَهُون** ﴾[المنافقون:7]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج1/ ص 42

[2] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج1/ ص 34

[3] - تفسير الشعراوي / الشعراوي / ج1/ ص149

[4] - جامع البيان / الطبري / ج1 / ص203

[5] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص 41

"والانفضاض التفرق، و حتى:للتعليل أي لا تنفقوا عليهم كي يتفرقوا عنه ﷺ ولا يصحبوه"[1]
ونموذج الشخصية غير السوية للمنافق في ضوء القرآن كثيرة ومنها قوله تعالى:
﴿وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهِدُ اللَّهَ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ وَإِذَا تَوَلَّى سَعَى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الْفَسَادَ وَإِذَا قِيلَ لَهُ اتَّقِ اللَّهَ أَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْإِثْمِ فَحَسْبُهُ جَهَنَّمُ وَلَبِئْسَ الْمِهَادُ﴾ [البقرة:204-206]

ويرى الباحث أن أوائل سورة البقرة قد فصلت منهج القرآن في رسم صفات الشخصية السوية وغير السوية.

فالشخصية السوية هي الشخصية المؤمنة التقية التي ذكرها تعالى بقوله : **﴿الم ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾** [البقرة : 1 - 5]

يقول سيد قطب : "الهدى حقيقته، والهدى طبيعته، والهدى كيانه، والهدى ماهيته ولا بد لمن يريد أن يجد الهدى في القرآن أن يجيء إليه بقلب سليم بقلب خالص ثم أن يجيء إليه بقلب يخشى ويتوقى، ويحذر أن يكون على ضلالة، أو أن تستهويه ضلالة، عندئذ يتفتح القرآن عن أسراره وأنواره، ويسكبها في هذا القلب الذي جاء إليه متقياً، خائفاً، حساساً، مهيأ للتلقي... التقوى حساسية في الضمير، وشفافية في الشعور، وخشية مستمرة، وحذر دائم، وتوق لأشواك الطريق طريق الحياة الذي تتجاذبه أشواك الرغائب والشهوات، وأشواك المطامع والمطامح، وأشواك المخاوف والهواجس، وأشواك الرجاء الكاذب فيمن لا يملك إجابة رجاء، والخوف الكاذب ممن لا يملك نفعاً ولا ضراً وعشرات غيرها من الأشواك وكل صفة من هذه الصفات ذات قيمة في الحياة الإنسانية، ومن ثم كانت هي صفات المتقين وهناك تساوق وتناسق بين هذه الصفات جميعاً، هو الذي يؤلف منها وحدة متناسقة متكاملة فالتقوى شعور في الضمير، وحالة في الوجدان، تنبثق منها اتجاهات وأعمال؛ وتتوحد بها المشاعر الباطنه والتصرفات الظاهرة؛ وتصل الإنسان بالله في سره وجهره وتشف معها الروح فتقل الحجب بينها وبين الكليّ الذي يشمل عالمي الغيب والشهادة، ويلتقي فيه المعلوم والمجهول ومتى شفت الروح وانزاحت الحجب بين الظاهر والباطن، فإن الإيمان بالغيب

[1] - تفسير روح المعاني / الألوسي / ج14/ ص115

عندئذ يكون هو الثمرة الطبيعية لإزالة الحجب الساترة، واتصال الروح بالغيب والاطمئنان إليه ومع التقوى والإيمان بالغيب عبادة الله في الصورة التي اختارها، وجعلها صلة بين العبد والرب ثم السخاء بجزء من الرزق اعترافاً بجميل العطاء، وشعوراً بالإخاء، ثم سعة الضمير لموكب الإيمان العريق، والشعور بآصرة القربى لكل مؤمن ولكل نبي ولكل رسالة ثم اليقين بالآخرة بلا تردد ولا تأرجح في هذا اليقين "[1] .

ويرى الباحث أن هذه هي تمام الشخصية السوية التي تنعم بالسعادة والهناء والصفاء، وإنما تتكامل هذه الشخصية وتنعم بالصحة النفسية إذا استطاعت أن تتكيف مع ما يحيط بها، وتفهم مقصدها من الحياة وهي عبادة الله وتوحيده، وإعمار الكون، وحب الناس والتعرف بهم ونسج العلاقات الطيبة معهم، واتخاذ الإسلام منهجاً كاملاً للحياة

وأما الشخصية غير السوية الكافر والمنافق فقد أوجز القرآن في ذكر الشخصية الكافرة في أوائل سورة البقرة فقال تعالى : ﴿**إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا سَوَاءٌ عَلَيْهِمْ أَأَنْذَرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنْذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ**﴾[البقرة 6 7]

"فلا نور يوصوص لها ولا هدى ! وقد طبع الله على قلوبهم وعلى سمعهم وغشي على أبصارهم جزاء وفاقاً على استهتارهم بالإنذار، حتى تساوى لديهم الإنذار وعدم الإنذار إنها صورة صلدة، مظلمة، جامدة، ترتسم من خلال الحركة الثابتة الجازمة حركة الختم على القلوب والأسماع، والتغشية على العيون والأبصار ولهم عذاب عظيم وهي النهاية الطبيعية للكفر العنيد، الذي لا يستجيب للنذير؛ والذي يستوي عنده الإنذار وعدم الإنذار؛ كما علم الله من طبعهم المطموس العنيد "[2].

وهذه هي الشخصية غير السوية الكافرة الغارقة في مرضها حتى أنها لا تستطيع أن تميز بين ما هو نافع لها أو ضار بها فهي تتلجلج وتتخبط فلا تهتدي سبيلاً.

وأما شخصية المنافق فقد أسهب القرآن وفصل فيها أكثر من ذكره للمتقين والكافرين في أوائل سورة البقرة، لأنها الأكثر مرضاً وخطراً فقال تعالى: ﴿ **وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَقُولُ آَمَنَّا بِاللَّهِ وَبِالْيَوْمِ الْآَخِرِ وَمَا هُمْ بِمُؤْمِنِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آَمَنُوا وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَمَا يَشْعُرُونَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لَا**

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 1/ ص 38،39

[2] - نفس المرجع / ج1/ ص 42

يَشْعُرُونَ وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ آَمِنُوا كَمَا آَمَنَ النَّاسُ قَالُوا أَنُؤْمِنُ كَمَا آَمَنَ السُّفَهَاءُ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ السُّفَهَاءُ وَلَكِنْ لَا يَعْلَمُونَ وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ آَمَنُوا قَالُوا آَمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا إِلَى شَيَاطِينِهِمْ قَالُوا إِنَّا مَعَكُمْ إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزِئُونَ اللَّهُ يَسْتَهْزِئُ بِهِمْ وَيَمُدُّهُمْ فِي طُغْيَانِهِمْ يَعْمَهُونَ أُولَئِكَ الَّذِينَ اشْتَرَوُا الضَّلَالَةَ بِالْهُدَى فَمَا رَبِحَتْ تِجَارَتُهُمْ وَمَا كَانُوا مُهْتَدِينَ مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِي اسْتَوْقَدَ نَارًا فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لَا يُبْصِرُونَ صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لَا يَرْجِعُونَ أَوْ كَصَيِّبٍ مِنَ السَّمَاءِ فِيهِ ظُلُمَاتٌ وَرَعْدٌ وَبَرْقٌ يَجْعَلُونَ أَصَابِعَهُمْ فِي آَذَانِهِمْ مِنَ الصَّوَاعِقِ حَذَرَ الْمَوْتِ وَاللَّهُ مُحِيطٌ بِالْكَافِرِينَ يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَارَهُمْ كُلَّمَا أَضَاءَ لَهُمْ مَشَوْا فِيهِ وَإِذَا أَظْلَمَ عَلَيْهِمْ قَامُوا وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَذَهَبَ بِسَمْعِهِمْ وَأَبْصَارِهِمْ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [البقرة من 8   20] .

:"ولعلنا نلمح أن الحيز الذي استغرقه رسم الصورة الثالثة قد جاء أفسح من الحيز الذي استغرقه رسم الصورة الأولى والصورة الثانية ... ذلك أن كلاً من الصورتين الأوليين فيه استقامة على نحو من الأنحاء وفيه بساطة على معنى من المعاني ... الصورة الأولى صورة النفس الصافية المستقيمة في اتجاهها، والصورة الثانية صورة النفس المعتمة السادرة في اتجاهها أما الصورة الثالثة فهي صورة النفس الملتوية المريضة المعقدة المقلقلة"[1].

الخلاصة:

1- أنماط الشخصية الثلاثة التي ركز القرآن الكريم في منهجه عليها، هم: المؤمنون، والكافرون، والمنافقون.
2- الشخصية المؤمنة هي الشخصية السوية، وأما الشخصية الكافرة والمنافقة فهي الشخصية غير السوية والمريضة ومنها أهل الكتاب.
3- الشخصية السوية تحتاج إلى متابعة وتقييم وتقويم، لتحافظ على استمرارية صحتها النفسية وسلامتها.
4- الشخصية غير السوية تحتاج إلى تقويم وتصحيح مسارها لتتخلص من أمراضها ومعوقاتها لتستقيم حياتها، وترتقي بمستوى صحتها النفسية.

فكلا الشخصيتين تحتاج إلى التقويم.

[1] - المرجع السابق /ج1 / ص45

المبحث الثاني: منهج القرآن في تقويم الشخصية

وفيه مطلبان

المطلب الأول : مفهوم تقويم الشخصية في القرآن

المطلب الثاني : أساليب القرآن في تقويم الشخصية

المبحث الثاني

منهج القرآن في تقويم الشخصية

سلك القرآن الكريم في تقويمه للشخصية منهجاً متميزاً، اختار فيه الطريق الأقوم والأصلح لرسم الشخصية السوية، من خلال الأساليب التربوية السليمة والفاعلة للشخصية .

يقول تعالى: ﴿**إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ** ﴾[الإسراء: 9]

يقول الشنقيطي: "ذكر جلَّ وعلا في هذه الآية الكريمة: أن هذا القرآن العظيم الذي هو أعظم الكتب السماوية، وأجمعها لجميع العلوم، وآخرها عهداً برب العالمين جلَّ وعلا يهدي للتي هي أقوم أي: الطريقة التي هي أسد وأعدل وأصوب وهذه الآية الكريمة أجمل الله جلَّ وعلا فيها جميع ما في القرآن من الهدى إلى خير الطرق وأعدلها وأصوبها، فلو تتبعنا تفصيلها على وجه الكمال لأتينا على جميع القرآن العظيم لشمولها لجميع ما فيه من الهدى إلى خيري الدنيا والآخرة."[1]

المطلب الأول

مفهوم تقويم الشخصية في القرآن:

يقول تعالى:﴿ **إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ**﴾[الرعد: 11]

يقول الشنقيطي : " بين تعالى في هذه الآية الكريمة، أنه لا يغير ما بقوم من النعمة والعافية، حتى يغيروا ما بأنفسهم من طاعة الله جل وعلا، والمعنى: أنه لا يسلب قوماً نعمة أنعمها عليهم، حتى يغيروا ما كانوا عليه من الطاعة والعمل الصالح، وبين هذا المعنى في مواضع أخر كقوله: ﴿**ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّراً نِعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَى قَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ**﴾[الأنفال: 53] "[2]

إن الشخصية الغير سوية تحتاج إلى تقويم دائم ومستمر لتصبح شخصية سوية وهذا يحتاج من هذه الشخصية بذل الجهد في التغيير إلى الأفضل، وهذا التغيير لا بد أن يكون من داخلها لقولة تعالى: ﴿ **إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ** ﴾[الرعد:11].

ويقول د. زهران عن تغير وتغيير الشخصية: " رغم ثبات النسبي لشخصية الفرد، فإنها تتغير إما عن غير قصد وهذا هو التغير، وإما عن قصد وهذا هو التغيير.

---

[1] - أضواء البيان / الشنقيطي / ج 3/ ص372

[2] - نفس المرجع / ص86 / ج 3

أما تغيير الشخصية: فيقوم على أساس أن معظم مكوناتها وسماتها مكتسبة ومتعلمة ، وقد تكون عادية سوية تؤدي إلى التكامل و السواء والصحة النفسية والتوافق النفسي.
وإما تكون غير عادية أو غير سوية تؤدي إلى التفكك وعدم السواء والمرض النفسي، وسوء التوافق النفسي؛ وهنا قد يبذل الفرد جهوداً ذاتية للتغيير أو يتم ذلك عن طريق إعادة التعلم أو غير ذلك من طرق العلاج النفسي"[1].

يقول الباحث: لقد جعل الله ﷻ القرآن الكريم هو الميزان الحقيقي الذي يبين للناس سبل الخير والرشاد والهداية، فقد نزل القرآن الكريم على رسول اللهﷺ والجزيرة العربية تعيش في ظلام وتيه وضلال، فكان الفساد الاجتماعي والأخلاقي والإيماني والتعبدي فيهم كبيراً، فجاء القرآن الكريم ليقوم شخصيتهم ويصحح انحرافهم، وينقذها من الضياع، فقام بالتدرج في الأحكام والتكاليف، وتربية النفوس، ثم شرع بعدها الحدود والكفارات لمن خالف ما جاء به الإسلام.

أولاً: التدرج في تقويم الشخصية:

لقد استخدم القرآن هذا الأسلوب في علاج نفوس أهل الجزيرة العربية على ما ألفوه وما عهدوه من خطأ، كشربهم للخمر واعتماده من أفضل ما يكرم به الضيف عندهم، فعالجه القرآن الكريم بالتدرج، ولو أنه حملهم على تركه من بداية إسلامهم لما استجابوا له تقول السيدة عائشة رضي الله عنها: **(إنما نزل أول ما نزل منه سورة من المفصل فيها ذكر الجنة والنار، حتى إذا ثاب الناس إلى الإسلام نزل الحلال والحرام، ولو نزل أول شيء لا تشربوا الخمر لقالوا لا ندع الخمر أبداً، ولو نزل لا تزنوا لقالوا لا ندع الزنا أبدا)**[2]

قال ابن حجر معلقاً: "أشارت الحكمة الإلهية في ترتيب التنزيل، وأن أول ما نزل من القرآن الدعاء إلى التوحيد، والتبشير للمؤمن والمطيع بالجنة وللكافر والعاصي بالنار،فلما اطمأنت النفوس على ذلك أنزلت الأحكام، ولهذا قالت : "ولو نزل أول شيء لا تشربوا الخمر لقالوا لا ندعها"، وذلك لما طبعت علية النفوس من النفرة عن ترك المألوف"[3].

وهكذا يجب التدرج مع الشخصية غير السوية لتقويم اعوجاجها وإصلاحها - ولا يكون ذلك دفعه واحدة - حتى تنتقل مما هي فيه من سقم ومرض إلى سلامه وشفاء.

ثانياً: الحدود والكفارات:

---

[1] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 86

[2] - صحيح البخاري / الإمام البخاري/ ج 4 / ص1910/ ك فضائل القرآن/ ب تأليف القرآن

[3] - فتح الباري / ابن حجر العسقلاني/ ج9 / ص 48

فإذا لم يُقوم المسلم شخصيته، ووقع في أخطاء منهي عنها، قوم القرآن الشخـصية بحـسب الخطأ الذي اقترفته، فمن الأخطاء ما يوجب الحد لعظم الجُرم والمرض،أو التعزير، ومنها ما يُجبر بالكفارات المتعددة والمتنوعة.

1 التقويم بالحدود:

وهذا عندما يقع المسلم في خطيئة توجب الحد، وغالباً ما تكون هذه الخطيئة مرضاً فتاكاً بالإنسان أو المجتمع، فتشكل خطراً وقلقاً على حياة الناس، لذا شرع الإسـلام الحـدود درءاً للجريمة، ومنها:

أ - السرقة: فأوجب عليها حد القطع إذا توفرت شروط إقامة الحد كأن تكـون الـسرقة فـي حرز، وأكثر من دينار ذهب، والشهود أو الإقرار وما شابه ذلك من شروط إقامة حد السرقة، تقويماً لسلوك السارق فيقول تعالى: ﴿ **وَالسَّارِقُ وَالسَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا جَـزَاءً بِمَـا كَسَبَا نَكَالاً مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ** ﴾ [المائدة:38]

يقول سيد قطب: " إن المجتمع المسلم يوفر لأهل دار الإسلام - على اختلاف عقائـدهم - ما يدفع خاطر السرقة عن كل نفس سوية إنه يوفر لهم ضمانات العيش والكفاية وضمانات التربية والتقويم وضمانات العدالة في التوزيع وفي الوقت ذاته يجعل كل ملكية فردية فيـه تنبت من حلال؛ ويجعل الملكية الفردية وظيفة اجتماعية تنفع المجتمع ولا تؤذيه ومن أجـل هذا كله يدفع خاطر السرقة عن كل نفس سوية فمن حقه إذن أن يشدد في عقوبة الـسرقة، والاعتداء على الملكية الفردية، والاعتداء على أمن الجماعة ومع تشديده فهو يـدرأ الحـد بالشبهة؛ ويوفر الضمانات كاملة للمتهم حتى لا يؤخذ بغير الدليل الثابت"[1] .

ب - الزنا: وهو من أكبر الفواحش وأخطرها على طهارة المجتمع وصيانة العرض والشرف والمحافظة على النسب والنسل فأوجب فيه الجَلد للزاني البكر تقويماً وتـصحيحاً لـسلوكه، ليكون زاجراً له ولغيره، وأمر بالجلد أمام طائفةً من المؤمنين كعقاب نفسي مؤلم فقال تعالى: ﴿ **الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ وَلا تَأْخُذْكُمْ بِهِمَا رَأْفَةٌ فِي دِيـنِ اللَّهِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَلْيَشْهَدْ عَذَابَهُمَا طَائِفَـةٌ مِـنَ الْمُـؤْمِنِينَ**﴾ [النور:2]

قال ابن كثير: " هذه الآية الكريمة فيها حكم الزاني في الحد، وللعلماء فيه تفـصيل ونـزاع؛ فإن الزاني لا يخلو إما أن يكون بكرًا، وهو الذي لم يتزوج، أو محصنا، وهو الذي قد وَطِئَ

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج2/ ص 882

في نكاح صحيح، وهو حر بالغ عاقل فأما إذا كان بكرًا لم يتزوج، فإن حدَّه مائة جلدة كما في الآية"[1]

أما الثيب الزاني فعالجه الإسلام بالرجم حتى الموت وذلك بسبب أن سبق له الدخول، وزجراً للآخرين حتى لا يقعوا في هذا الجُرم، فإذا رأى من كان في قلبه زيغ باتجاه الزنا ورأى مصير الزاني وعقابه ارتدع، فإن هذا الأسلوب يُقوم الشخصية المنحرفة باتجاه جريمة الزنا، وإن إقامة الحد أمام الناس له من الأثر النفسي على المجلود وعلى من يسلك طريقه، قال تعالى: ﴿ **وَلْيَشْهَدْ عَذَابَهُمَا طَائِفَةٌ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ**﴾ [النور:2] أي: "ليحضره زيادة في التنكيل بهما وشيوع العار عليهما وإشهار فضيحتهما والطائفة الفرقة التي تكون حافة حول الشيء من الطوف وأقل الطائفة ثلاثة وقيل اثنان وقيل واحد وقيل أربعة وقيل عشرة "[2]

" وهذا فيه تنكيل للزانيين إذا جُلِدا بحضرة الناس، فإن ذلك يكون أبلغ في زجرهما، وأنجع في ردعهما، فإن في ذلك تقريعًا وتوبيخا وفضيحة إذا كان الناس حضورا "[3]

وكذا بقية الكبائر التي لها حدود مثل: القتل العمد، ورمي المحصنات الغافلات، والسحر، وشرب الخمر وغير ذلك من الجنايات .

وقد فشلت كل القوانين والأساليب التي يمارسها غير المسلمين في ضبط أخلاق الإنسان، أو تقويم سلوكه وشخصيته، لذا لا يزال العالم لا يستطيع منع شرب الخمر، أو الزنا، أو الربا، وجميع ما يدعي الغرب بأنها تقدم وحضارة، فكل أساليبها فشلت في تقويم الشخصية الإنسانية، في حين نجح الإسلام في غرس مفهوم الرقابة الربانية والرقابة الذاتية في النفس الإنسانية، فإن لم يمنعه هذا من ممارسة الجريمة وتم ضبطه أُقيم عليه الحد.

فبإقامة الحدود أمام أفراد المجتمع يتم تقويم الشخصية الغير سوية، سواءً كانت مارست الانحراف فيقام عليها الحد، أو التي ترغب في ممارسة الانحراف، فتخشى على نفسها من إقامة الحد عند الوقوع في الجريمة، لذا قال الله تعالى محذراً وموضحاً ومبيناً: ﴿ **تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلا تَقْرَبُوهَا**﴾ [البقرة: 187]

﴿ **تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلا تَعْتَدُوهَا وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ**﴾ **[البقرة:229]**

﴿ **وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ**﴾ [الطلاق: 1].

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج2 / ص317

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج4/ ص 5

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير/ ص319/ج2

وشرع الإسلام حد التعزير تقويماً للشخصية المنحرفة، لكل خطأ ليس لـــه حـــد أو كفـــارة، فالتعزير تأديب للمخطئين، وقد يكون بالضرب، أو التوبيخ، أو الحبس، فالتعزير أدناه الزجر أو التوبيخ بالكلمة، وأقصاه القتل، ويكون العقاب بما يتناسب وتقويم الخطأ وتقويم الشخـــصية يقدره أهل الاختصاص.

2 -التقويم بالكفارات :

شرع الإسلام الكفارات، تكفيراً لبعض الذنوب، والأخطاء التي كثيراً ما يقع فيها الناس، فجعل الإسلام الكفارات تقويماً للشخصية كلما وقعت فيما يوجب الكفارة، كالنكـــث بـــاليمين لقوله تعالى: ﴿ **لا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ ولَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا عَقَّـدْتُمُ الْأَيْمَـانَ فَكَفَّارَتُهُ إِطْعَامُ عَشَرَةِ مَسَاكِينَ مِنْ أَوْسَطِ مَا تُطْعِمُونَ أَهْلِيكُمْ أَوْ كِـسْوَتُهُمْ أَوْ تَحْرِيـرُ رَقَبَةٍ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ ثَلاثَةِ أَيَّامٍ ذَلِكَ كَفَّارَةُ أَيْمَانِكُمْ إِذَا حَلَفْتُمْ وَاحْفَظُوا أَيْمَانَكُمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ**﴾ **[**المائدة:89**]**

" أي: لا يؤاخذكم بما يسبق إليه اللسان من غير قصد الحلف، ولكن يؤاخـذكم بمـا وثقـتم الإيمان عليه بالقصد والنية إذا حنثتم، فكفارة اليمين عند الحنث أن تطعموا عشرة مساكين من الطعام الوسط الذي تطعمون منه أهليكم، أو كسوتهم لكل مسكين ثوب يستر البدن، أو إعتاق عبد مملوك لوجه الله، فمن لم يجد شيئاً من الأمور المذكورة، فكفارته صيام ثلاثة أيام، وهذه كفارة اليمين الشرعية عند الحنث، فاحفظوا أيمانكم عن الابتذال ولا تحلفوا إلا لضرورة"[1]

وجعل كفارة الظهار لمن ظاهر زوجته تقويماً لخطأه فقال تعالى: ﴿ **الَّذِينَ يُظَـاهِرُونَ مِنْكُمْ مِنْ نِسَائِهِمْ مَا هُنَّ أُمَّهَاتِهِمْ إِنْ أُمَّهَاتُهُمْ إِلَّا اللَّائِي وَلَدْنَهُمْ وَإِنَّهُمْ لَيَقُولُونَ مُنْكَـراً مِنَ الْقَوْلِ وَزُوراً وَإِنَّ اللَّهَ لَعَفُوٌّ غَفُورٌ وَالَّذِينَ يُظَاهِرُونَ مِنْ نِسَائِهِمْ ثُمَّ يَعُودُونَ لِمَـا قَالُوا فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَّا ذَلِكُمْ تُوعَظُونَ بِهِ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ، فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَّا فَمَنْ لَمْ يَـسْتَطِعْ فَإِطْعَـامُ سِـتِّينَ مِسْكِيناً ذَلِكَ لِتُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ** ﴾ **[**المجادلة: من 2-4**]**

يقول سيد قطب: " فالكفارة مذكر وواعظ بعدم العودة إلى الظهار الذي لا يقوم على حق ولا معروف وهذه الكفارات وما فيها من ربط أحوالهم بأمر الله وقضائه ذلك مما يحقق الإيمان، ويربط به الحياة؛ ويجعل له سلطاناً بارزاً في واقع الحياة **"[2].**

[1] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج 1/ ص 362

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب /ج6/ ص3506

وجعل كفارة قتل الصيد للمحرم تأديباً له لانتهاك حرمة الحرم والإحرام فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَقْتُلُوا الصَّيْدَ وَأَنْتُمْ حُرُمٌ وَمَنْ قَتَلَهُ مِنْكُمْ مُتَعَمِّداً فَجَزَاءٌ مِثْلُ مَا قَتَلَ مِنَ النَّعَمِ يَحْكُمُ بِهِ ذَوَا عَدْلٍ مِنْكُمْ هَدْياً بَالِغَ الْكَعْبَةِ أَوْ كَفَّارَةٌ طَعَامُ مَسَاكِينَ أَوْ عَدْلُ ذَلِكَ صِيَاماً لِيَذُوقَ وَبَالَ أَمْرِهِ عَفَا اللَّهُ عَمَّا سَلَفَ وَمَنْ عَادَ فَيَنْتَقِمُ اللَّهُ مِنْهُ وَاللَّهُ عَزِيزٌ ذُو انْتِقَامٍ**﴾ [المائدة:95]

يقول سيد قطب: " فإذا كان القتل عمداً فكفارته أن يذبح بهيمة من الأنعام من مستوى الصيد الذي قتله فالغزالة مثلاً تجزئ فيها نعجة أو عنزة، والأرنب والقط وأمثالهما يجزئ فيه أرنب وما لا مقابل له من البهيمة يجزئ عنه ما يوازي قيمته، ويتولى الحكم في هذه الكفارة اثنان من المسلمين ذوا عدل فإذا حكما بذبح بهيمة أطلقت هدياً حتى تبلغ الكعبة، تذبح هناك وتطعم للمساكين أما إذا لم توجد بهيمة فللحكمين أن يحكما بكفارة طعام مساكين؛ بما يساوي ثمن البهيمة أو ثمن الصيد فإذا لم يجد صاحب الكفارة صام ما يعادل هذه الكفارة مقدراً ثمن الصيد أو البهيمة، ومجزأ على عدد المساكين الذين يطعمهم هذا الثمن؛ وصيام يوم مقابل إطعام كل مسكين وينص السياق القرآني على حكمة هذه الكفارة : ليذوق وبال أمره ففي الكفارة معنى العقوبة، لأن الذنب هنا مخل بحرمة يشدد فيها الإسلام تشديداً كبيراً: لذلك يعقب عليها بالعفو عما سلف والتهديد بانتقام الله ممن لا يكف"[1]

وغير ذلك من الكفارات التي شرعها الإسلام ككفارة القتل الخطأ، والكفارات لأخطاء بعض المحظورات في مناسك الحج، ووقوع الرجل على زوجته في نهار رمضان وما شابه ذلك .

وبذلك عالج الإسلام الخلل في الشخصية حال انحرافها أو انزلاقها في الرذيلة أو الجريمة بالحدود، وقَوم الشخصية المستهترة والمقصرة بالكفارات المتنوعة من صيام أو صدقة أو إطعام أو كسوة أو عتق رقبة وما شابه لتقويم الشخصية حسب الجُرم أوالخطأ.

[1] - المرجع السابق /ج2/ ص981

المطلب الثاني

أساليب القرآن في تقويم الشخصية:

أن منهج القرآن الكريم يتمثل في استخدم الأساليب التربوية المتنوعة لتقويم شخصية الإنسان لتكون شخصية سوية ومنها: الوعظ والإرشاد القصص القرآني الأمثال والترغيب والترهيب القدوة الحسنه.

أولاً: الموعظة الحسنة:

1 - الموعظة لغةً: "النصح والتذكير بالعواقب"[1]

يقول تعالى﴿**ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ**﴾[النحل: من الآية125]

" أي ادع يا محمد الناس إلى دين الله وشريعته القدسية بالأسلوب الحكيم، واللطف واللين بما يؤثر فيهم وينجع لا بالزجر والتأنيب والقسوة والشدة"[2]

فالموعظة الحسنة لها تأثير عاطفي رائع في النفس الإنسانية لما فيها من لطف ولين لترقيق القلب وتوجيه المشاعر والأحاسيس ، وهي أحد أساليب التربية القرآنية لتقويم الخلل والخطأ في النفس الإنسانية .

والقرآن الكريم هو موعظة الله للناس لتقويمهم وهدايتهم، يقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدىً وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ** ﴾ [يونس:57]

قال ابن كثير : " قا تعالى ممتنا على خلقه بما أنزل إليهم من القرآن العظيم على رسوله الكريم: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ**﴾ أي: زاجر عن الفواحش، ﴿ **وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ** ﴾ أي: من الشُبَه والشكوك، وهو إزالة ما فيها من رجس ودَنَس، ﴿ **وَهُدًى وَرَحْمَةً** ﴾ أي: محصلٌ لها الهداية والرحمة من الله تعالى. وإنما ذلك للمؤمنين به والمصدقين الموقنين بما فيه"[3]

وقد استخدم القرآن الكريم هذا المنهج في تقويم اعوجاج الزوجة الناشز لصلاح الحياة الزوجية فقال تعالى: ﴿**وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً** ﴾[النساء: 34]

---

[1] - مختار الصحاح / الإمام الرازي /ص303

[2] - صفوة التفاسير / الصابوني/ ج2 / ص148

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير/ ج2/ ص553

يقول ابن كثير : "أي: والنساء اللاتي تتخوفون أن ينشزن على أزواجهن والنشوز: هو الارتفاع، فالمرأة الناشز هي المرتفعة على زوجها، التاركة لأمره، المُعْرِضَة عنه، المُبْغِضَة له. فمتى ظهر له منها أمارات النشوز فليعظْها وليخوّفها عقابَ الله في عصيانه فإن الله قد أوجب حق الزوج عليها وطاعته، وحرم عليها معصيته لما له عليها من الفضل والإفضال"[1]

واستخدمه في دعوة الشخصية غير السوية ومحاجتها في الدعوة إلى الله، فقال تعالى: ﴿**ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ** ﴾[النحل: 125]

قال الزمخشري: " ﴿**ادع إلى سَبِيلِ رَبّكَ**﴾: أي إلى الإسلام بِالْحِكْمَةِ: أي بالمقالة المحكمة الصحيحة وهي الدليل الموضح للحق المزيل للشبهة ﴿ **وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ**﴾: وهي التي لا يخفى عليهم أنك تناصحهم بها وتقصد ما ينفعهم فيها ويجوز أن يريد القرآن، أي: ادعهم بالكتاب الذي هو حكمة وموعظة حسنة،﴿ **وَجَادِلْهُم بالتى هِىَ أَحْسَنُ**﴾: بالطريقة التي هي أحسن طرق المجادلة من الرفق واللين، من غير فظاظة ولا تعنيف"[2]

واستخدمها القرآن في توجيه لقمان لابنه بالتربية الحسنه فقال تعالى: ﴿**وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لا تُشْرِكْ بِاللَّهِ**﴾[لقمان: 13]

قال ابن عاشور: " والتصغير أي في قولة يابني - لتنزيل المخاطب الكبير منزلة الصغير كناية عن الشفقة به والتحبب له، وهو في مقام الموعظة والنصيحة إيماء وكناية عن إمحاض النصح وحب الخير، ففيه حث على الامتثال للموعظة .

ابتدأ لقمان موعظة ابنه بطلب إقلاعه عن الشرك بالله لأن النفس المعرضة للتزكية والكمال يجب أن يقدم لها قبل ذلك تخليتُها عن مبادئ الفساد والضلال، فإن إصلاح الاعتقاد أصل لإصلاح العمل"[3]

2 - أهمية الموعظة الحسنة في تقويم الشخصية:

أ استفزاز العواطف الإيمانية في النفس ، كحب الله والرسول والمؤمنين.

ب تصحيح الخطأ بطريقة مقبولة ومحببة .

ج التنبيه لما يغفل عنه الإنسان في موقف من المواقف الحياتية.

3 - شروط الموعظة الحسنة:

ولكي تكون الموعظة مقبولة لابد من مراعاة بعض الأمور ومنها:

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص649

[2] - الكشاف / الزمخشري / ج 2/ ص349

[3] - التحرير والتنوير / ابن عاشور/ ج 10/ ص155

أ البلاغة في القول: قال تعالى: ﴿**أُولَئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلاً بَلِيغاً**﴾[النساء:63]

قال ابن كثير: " أي: وانصحهم فيما بينك وبينهم بكلام بليغ رادع لهم"[1]

ب التأثير في القلب .

ج مراعاة الحالة النفسية للشخص المقصود وعظه.

د - معرفه مستوى الشخص العلمي وقدراته العقلية قبل مخاطبته.

هـ اختيار الوقت المناسب للموعظة.

وقد جاء عن أبي وائل شفيق بن سلمه قال : **(كان ابن مسعود ﷺ يذكرنا في كل خميس مرةً . فقال له رجل: يا أبا عبد الرحمن لوددت أنك ذكرتنا كل يوم، فقال : أما إنه ما يمنعني من ذلك أني أكرة أن أملكم ، وإني أتخولكم بالموعظة كما كان رسول الله يتخولنا بها مخافة السآمة علينا)[2].**

أفاد الحديث: "الاقتصاد في الوعظ والإرشاد، لان من طبع النفوس الملل مما يداوم علية وإن كان محبوباً، واستحباب أوقات النشاط للتعليم والموعظة"[3]

ويقول الباحث أن الشخصية السوية هي التي تتأثر بالموعظة الحسنة لقوله تعالى: ﴿**ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكُمْ أَزْكَى لَكُمْ وَأَطْهَرُ**﴾[البقرة: 232] والشخصية السوية هي التي تستجيب وتتفاعل مع الموعظة وتعمل بها، قال تعالى: ﴿**فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخَافُ وَعِيدِ**﴾[قّ: 45]

ثانياً: القصة القرآنية:

1 - القصة لغةً : " قص أثرة تتبعه ،والقصة الأمر والحديث"[4]

القصة من أهم أساليب التربية في تقويم النفس التي انتهجها القرآن الكريم، وقد قص علينا العديد من قصص الأنبياء عليهم السلام، وقصص الأمم الغابرة لتقويم شخصية المسلمين، وتثبيتهم على الجادة، وأخذ العبرة والعظة فقال تعالى: ﴿**لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي**

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص686

[2] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح70 / ج 1 / ص 29 / ك العلم / ب جعل لأهل العلم أ ياماً معلومة

[3] - نزهة المتقين شرح رياض الصالحين / د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مستو، علي الشربجي، محمد أمين لطفي/ ج 1 / ص496 / مؤسسة الرسالة /ط13

[4] - مختار الصحاح / الامام الرازي / ص225

الْأَلْبَابِ مَا كَانَ حَدِيثاً يُفْتَرَى وَلَكِنْ تَصْدِيقَ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَتَفْصِيلَ كُلِّ شَيْءٍ وَهُدىً وَرَحْمَةً لِقَوْمٍ يُؤْمِنُون ﴾[يوسف:111] وقال:﴿**وَكُلّاً نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ الرُّسُلِ مَا نُثَبِّتُ بِهِ فُؤَادَكَ وَجَاءَكَ فِي هَذِهِ الْحَقُّ وَمَوْعِظَةٌ وَذِكْرَى لِلْمُؤْمِنِين** ﴾[هود:120]

" وطريقة القرآن في سرد قصص الماضين لا تعتمد على ذكر التفصيلات، كذكر أسماء الأشخاص والبلدان والتواريخ ونحوها، إنما يهتم برؤوس العبر، ورسم ملامح الشخصيات التاريخية، واتجاهات الأحداث ونتائجها ﴿**لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَاب**﴾[يوسف: 111] ، وعند سرد القصة نجد القرآن الكريم يضمنها كثيراً من الحقائق والأسرار العلمية والتوجيهية والتشريعية، لتنفذ إلى النفس والعقل عن طريق غير مباشر"[1]

يقول الباحث : وقد قص القرآن قصه يوسف كاملة، وذكر أنها من أحسن قصص القرآن فقال تعالى:﴿**نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ وَإِنْ كُنْتَ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الْغَافِلِين** ﴾ [يوسف:3].

وقد بَين القرآن الكريم أن قصه يوسف عليه السلام مليئة بالدروس والعبر التي يستفاد منها فقال تعالى: ﴿**لَقَدْ كَانَ فِي يُوسُفَ وَإِخْوَتِهِ آيَاتٌ لِلسَّائِلِين** ﴾[يوسف:7]، وفي دروسها تقويم لشخصيات أخوته المريضة وكيف عالجها القرآن الكريم، وكذلك قصه صاحب الجنتين في سورة الكهف، لتعالج مرض الكبر والشرك وتصحيح الموازين التي يوزن بها الناس، وقصه أصحاب الجنة في سورة القلم، التي عالجت الشح والبخل، وقصه أصحاب السبت التي عالجت السكوت عن الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر الذي يتم به تقويم أخطاء الشخصيات والمجتمعات، وغيرها من قصص القرآن، فقد جاءت القصص القرآنية لتعالج أخطاءً كانت موجودة، وخاصة الأخطاء العقدية والأفكار المغلوطة.

2 - أهمية القصة في القرآن في تقويم الشخصية:

أ القدرة على الإقناع وحشد الدليل.

ب الصدق المطلق، فهي ليست خيالية.

ج احتواؤها على عنصر التشويق والمتعة فتنفذ إلى القلب.

3 - أهداف القصة :

أ تقويم النفس البشرية.

ب غرس المفاهيم الصحيحة .

[1] - ثقافة الداعية / د. يوسف القرضاوي / ص 20 / مكتبة وهبة / ط 13 /2004م

ج   الترغيب في الأعمال الصالحة والعمل بها، و الترهيب من الأعمـــال الـــسيئة والتنفيـــر منها.

د   الاستفادة من العبر والدروس الواردة فيها.

4 - أثر القصة القرآنية في التقويم والتربية للشخصية :

"مما لا شك فيه أن القصة المحكمة الدقيقة تطرق المسامع بشغف وتنفذ إلى النفس البـــشرية بسهولة ويسر، وتسترسل مع سياقها المشاعر لا تمل ولا تكل، ويرتاد العقل عناصرها فيجني من حقولها الأزاهير والثمار.

والدروس التلقينية والإلقائية تورث الملل، ولا تستطيع الناشئة أن تتابعها وتستوعب عناصرها إلا بصعوبة وشدة وإلى أمد قصير ولذا كان الأسلوب القصصي أجدى نفعًا، وأكثر فائدة.

والمعهود -حتى في حياة الطفولة- أن يميل الطفل إلى سماع الحكاية، ويصغي إلـــى روايـــة القصة، وتعي ذاكرته ما يُروى له، فيحاكيه ويقصه.

هذه الظاهرة الفطرية النفسية ينبغي للمربين أن يفيدوا منها في مجـــالات التعلـــيم، لا ســـيما التهذيب الديني، الذي هو لب التعليم، وقوام التوجيه فيه وفي القصص القرآني تربة خـــصبة تساعد المربين على النجاح في مهمتهم، وتمدهم بزاد تهذيبي، من ســـيرة النبيـــين، وأخبـــار الماضين وسُنة الله في حياة المجتمعات، وأحوال الأمم. ولا تقول في ذلك إلا حقًّا وصدقًا.

ويستطيع المربي أن يصوغ القصة القرآنية بالأسلوب الذي يلائم المستوى الفكري للمتعلمين، في كل مرحلة من مراحل التعليم"[1]

5 - نموذج القصة القرآنية في تقويم الشخصية :

قصه صاحب الجنتين في سورة الكهف:

يقول تعالى : ﴿ **وَاضْرِبْ لَهُمْ مَثَلًا رَجُلَيْنِ جَعَلْنَا لِأَحَدِهِمَا جَنَّتَيْنِ مِنْ أَعْنَابٍ وَحَفَفْنَاهُمَا بِنَخْـــلٍ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُمَا زَرْعًا كِلْتَا الْجَنَّتَيْنِ آتَتْ أُكُلَهَا وَلَمْ تَظْلِمْ مِنْهُ شَيْئًا وَفَجَّرْنَا خِلَالَهُمَـــا نَهَـــرًا وَكَانَ لَهُ ثَمَرٌ فَقَالَ لِصَاحِبِهِ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَنَا أَكْثَرُ مِنْكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا وَدَخَلَ جَنَّتَـــهُ وَهُـــوَ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ قَالَ مَا أَظُنُّ أَنْ تَبِيدَ هَذِهِ أَبَدًا وَمَا أَظُنُّ السَّاعَةَ قَائِمَةً وَلَئِنْ رُدِدْتُ إِلَـــى رَبِّـــي لَأَجِدَنَّ خَيْرًا مِنْهَا مُنْقَلَبًا قَالَ لَهُ صَاحِبُهُ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَكَفَرْتَ بِالَّذِي خَلَقَكَ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ سَوَّاكَ رَجُلًا لَكِنَّا هُوَ اللَّهُ رَبِّي وَلَا أُشْرِكُ بِرَبِّي أَحَدًا وَلَوْلَا إِذْ دَخَلْتَ جَنَّتَكَ قُلْـــتَ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ إِنْ تَرَنِ أَنَا أَقَلَّ مِنْكَ مَالًا وَوَلَدًا فَعَسَى رَبِّي أَنْ يُؤْتِيَنِ خَيْرًا مِنْ جَنَّتِكَ وَيُرْسِلَ عَلَيْهَا حُسْبَانًا مِنَ السَّمَاءِ فَتُصْبِحَ صَعِيدًا زَلَقًا أَوْ يُصْبِحَ مَاؤُهَا غَـــوْرًا فَلَـــنْ**

[1] - مباحث في علوم القرآن / مناع القطان /ص310،311 / مؤسسه الرسالة /ط35 /1998م

تَسْتَطِيعَ لَهُ طَلَبًا   وَأُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَى مَا أَنْفَقَ فِيهَا وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَى عُرُوشِهَا وَيَقُولُ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَدًا   وَلَمْ تَكُنْ لَهُ فِئَةٌ يَنْصُرُونَهُ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَمَا كَانَ مُنْتَصِرًا   هُنَالِكَ الْوَلَايَةُ لِلَّهِ الْحَقِّ هُوَ خَيْرٌ ثَوَابًا وَخَيْرٌ عُقْبًا﴾ [الكهف: 32 44].

يقول د. محمود أبو دف معلقاً من خلال الآيات السابقة يمكن استنتاج ما يلي:

" أ استخدامها لأسلوب القصة مع تضمنها الحوار والموعظة الحسنه والمقارنة والترغيب والترهيب، وهذا يؤكد على تكامل أساليب التربية الإسلامية وتضافرها؛ من أجل تحقيق الأهداف التربوية المنشودة.

ب هدفت القصة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- أهداف إيمانية تمثلت في الحث على توحيد الله، وإيثار الآخرة على الدنيا الزائلة، والرضا بما قسم الله

- أهداف أخلاقية تمثلت في التواضع، وشكر الله وحمده على نعمه، القناعة.

- هدف اجتماعي تمثل في تصحيح المعايير الاجتماعية الفاسدة، التي تُثمن الإنسان بما لديه من مال وجاه، لا بما يملك من إيمان وخلق رفيع.

- هدف تعليمي " علمي" حيث الإشارة إلى أصل خلق الإنسان من تراب، ثم من نطفه .

ج احتواء القصة على جمله من التوجيهات والفوائد التي يمكن أن يسترشد بها المربون، لعل من أبرزها:

- التحذير من الافتتان بالمال، الذي قد يؤدي بصاحبة إلى الجحود والكفر.
- من حقوق الأخوة و الصحبة تقديم النصح و التذكير.
- الشجاعة الأدبية في قول الحق دونما مواربة.
- انتصار القيم الروحية على القيم المادية الزائلة .
- مخاطبه العقل والعاطفة أثناء إدارة الحوار.
- التدرج في الأهداف التربوية (الإيمانية ، الأخلاقية، الاجتماعية).
- لجوء الإنسان إلى تقويم ذاته بعد تبين أخطائه"[1]

وهكذا يرى الباحث أن القصة القرآنية تلعب دوراً عظيماً في تقويم الشخصية والارتقاء بها، وتوجيهها إلى المسار الصحيح، لما فيها من دروس وعبر، وما لها من تأثير عاطفي وانفعالي في النفس البشرية، واستجابة سريعة للتشبه بأبطال القصة.

ثالثاً: الأمثال القرآنية:

[1] - مقدمه في التربية الإسلامية / د. محمود خليل أبو دف / ص154 /ط3 /2007م/مكتبة آفاق

1 - المثل لغةً : " كلمة تسوية يقال هذا مثله أي شبهه بفتح الأول والثـاني وضـم الثالـث، والمثل ما يضرب بة من الأمثال "[1]

" ضرب الأمثال في القرآن يستفاد منه أمور كثيرة كالتـذكير والـوعظ والحـث والزجـر والاعتبار والتقرير وتقريب المراد للعقل وتصويره بصورة المحسوس فإن الأمثال تصور المعاني بصورة الأشخاص لأنها أثبت في الأذهان لاستعانة الذهن فيها بالحواس ومن ثـم كان الغرض من المثل تشبيه الخفي بالجلي والغائب بالشاهد

وتأتي أمثال القرآن مشتملة على بيان تفاوت الأجر وعلى المدح والـذم وعلـى الثـواب والعقاب وعلى تفخيم الأمر أو تحقيره وعلى تحقيق أمر أو إبطاله قال تعالى: وضربنا لكم الأمثال فامتن علينا بذلك لما تضمنته من الفوائد"[2]

ويرى الباحث أن المثل أحد أساليب القرآن التربوية التي تقرب مفهوم الكلام ومقـصده، والقرآن الكريم استخدم العديد من الأمثلة القرآنية للتقويم والتوجيه، أو التـصحيح أو الحـث على أمر ما، أو النهي عن فعل ما، بأسلوب سهل ويسير، و"الأمثال نموذجات الحكمـة لمـا غاب عن الأسماع والأبصار، لتهدي النفوس بما أدركت عياناً"[3]

ويقول مناع القطان : "الحقائق السامية في معانيها وأهدافها تأخذ صورتها الرائعـة إذا صيغت في قالب حسي يقربها إلى الإفهام بقياسها على المعلوم اليقيني والتمثيل هو القالـب الذي يبرز المعاني في صورة حية تستقر في الأذهان، بتشبيه الغائب بالحاضـر، والمعقـو بالمحسوس وقياس النظير على النظير، وكم من معنى جميل أكسبه التمثيل روعة وجمالًـا، فكان ذلك أدعى لتقبل النفس له، واقتناع العقل به، وهو من أساليب القرآن الكريم"[4].

ويرى الباحث أن القرآن الكريم تضمن أمثالاً كثيرة ومتعددة عرضها بأشكال مختلفة وتم فيها مراعاة اختلاف تصورات البشر ومداركهم الحسية والمعنوية، لتستفيد بما فيها من دروس وعبر وحِكم وتبيين للوقائع وإظهار المكمون؛ ففيها تربية وتوجيه للنفس البشرية إلى ما هو أنفع لها وأصلح وفيها من الترهيب والتخويف ما يبعدها عن الشر والانحراف.

وكذلك السنة النبوية بينت منهج النبي ﷺ في التربية والتوجيه والتقييم بالأمثال ومنها:

---

[1] - مختار الصحاح / الامام الرازي / ص256

[2] - الاتقان في علوم القرآن / جلال الدين عبد الـرحمن الـسيوطي / ج 4 /ص 333 / دار الحـديث / 2004م

[3] - الأمثال من الكتاب والسنة /أبو عبد الله محمد بن علي بن الحسن بن بشر الحكيم الترمـذي /ص5/ دار الكتب العلمية/ط1 /2002م

[4] - مباحث في علوم القرآن / مناع القطان / ص281

قول النبي ﷺ : **(أراعيتم لو أن نهراً بباب أحدكم يغتسل منه كل يوم خمس مرات هل يبقي من درنة شيء ؟ قالوا لا يبقي من درنة شيء، قال : فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو الله بهن الخطايا)[1].**

أفاد الحديث : "بيان هدي النبي ﷺ في أسلوب الترغيب والتوجيه بالمحاورة، وضرب الأمثلة التقريب المعاني"[2]

ويضرب المثل لصبر المؤمن أمام الابتلاءات وتحمله لها بالزرع ، وقلة ابتلاءات المنافق وأخذة فجأة كشجرة الأرز فيقول النبي ﷺ : **(مثل المؤمن كمثل الزرع لا تزال الرياح تفيئه، ولا يزال المؤمن يصيبه البلاء ، ومثل المنافق مثل شجرة الأرز لا تهتز حتى تستحصد)[3]**

2 - أنواع الأمثال في القرآن:

يقول مناع القطان: "والأمثال في القرآن ثلاثة أنواع:

النوع الأول: الأمثال المصرحة:

وهي ما صرح فيها بلفظ المثل ، أو ما يدل على التشبيه، ومثاله:

قوله تعالى في حق المنافقين: ﴿**مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِي اسْتَوْقَدَ نَاراً فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لا يُبْصِرُونَ صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لا يَرْجِعُونَ أَوْ كَصَيِّبٍ مِنَ السَّمَاءِ فِيهِ ظُلُمَاتٌ وَرَعْدٌ وَبَرْقٌ يَجْعَلُونَ أَصَابِعَهُمْ فِي آذَانِهِمْ مِنَ الصَّوَاعِقِ حَذَرَ الْمَوْتِ وَاللَّهُ مُحِيطٌ بِالْكَافِرِينَ يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَارَهُمْ كُلَّمَا أَضَاءَ لَهُمْ مَشَوْا فِيهِ وَإِذَا أَظْلَمَ عَلَيْهِمْ قَامُوا وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَذَهَبَ بِسَمْعِهِمْ وَأَبْصَارِهِمْ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ**﴾[البقرة: 17 20]

النوع الثاني: الأمثال الكامنة:

وهي التي لم يصرح فيها بلفظ التمثيل، ولكنها تدل على معان رائعة في إيجاز، يكون لها وقعها إذا نقلت إلى ما يشبهها، ومثاله:

---

[1] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح2868 / ج 4 /ص 560 / ك الأمثال / ب مثل الصلوات الخمس/حسن صحيح

[2] - نزهة المتقين شرح رياض الصالحين / د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مستو، علي الشربجي، محمد أمين لطفي/ج2 / ص 29

[3] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح2866 / ج 4 / ص 558 / ك الأمثال / بمثل المؤمن القارئ للقرآن وغير القارئ/ حسن صحيح

ما في معنى قولهم: خير الأمور الوسط:

قوله تعالى في النفقة: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً**﴾[الفرقان:67] وقوله في الإنفاق: ﴿**وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُوماً مَحْسُوراً**﴾ [الإسراء:29]

وقوله في الصلاة: ﴿ **وَلا تَجْهَرْ بِصَلاتِكَ وَلا تُخَافِتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلاً**﴾[الإسراء: 110]

النوع الثالث: الأمثال المرسلة:

وهي جمل أرسلت إرسالاً من غير تصريح بلفظ التشبيه، ومثاله**:**

قوله تعالى**:** ﴿ **قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِه**﴾ [الإسراء: 84]

وقولة تعالى:﴿**هَلْ جَزَاءُ الْأِحْسَانِ إِلَّا الْأِحْسَانُ**﴾[الرحمن:60]

وقولة تعالى: ﴿**قُلْ لا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ** ﴾[المائدة: 100]"[1]

3 - أهمية المثل القرآني في تقويم الشخصية:

أ توجيه السلوك الإنساني وتقويمه :﴿**أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَّاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ أَلا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ**﴾[البقرة:214].

يقول ابن كثير : " يقول تعالى: ﴿ **أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ** ﴾ قبل أن تُبتَلُوا وتختبروا وتمتحنوا، كما فعل بالذين من قبلكم من الأمم؛ ولهذا قال: ﴿ **وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ وَالضَّرَّاءُ** ﴾ وهي: الأمراض؛ والأسقام، والآلام، والمصائب والنوائب"[2]

ب يبرز المعقول في صورة المحسوس لتقريب المقصود إلى الأفهام:

قال تعالى:﴿**مَثَلُ الَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ أَعْمَالُهُمْ كَرَمَادٍ اشْتَدَّتْ بِهِ الرِّيحُ فِي يَوْمٍ عَاصِفٍ لا يَقْدِرُونَ مِمَّا كَسَبُوا عَلَى شَيْءٍ ذَلِكَ هُوَ الضَّلالُ الْبَعِيدُ**﴾[إبراهيم:18]

أي : " أعمال الكفرة المكارم التي كانت لهم، من صلة الأرحام وعتق الرقاب وفداء الأسري وعقر الإبل للأضياف، وإغاثة الملهوفين، والإجارة وغير ذلك من صنائعهم، شبهها في حبوطها وذهابها هباء منثوراً لبنائها على غير أساس من معرفة الله والإيمان به،:

---

[1] - بتصرف من مباحث في علوم القرآن / مناع القطان / ص284 -287

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص 342

برماد طيرته الريح العاصف لاَّ يَقْدِرُونَ يوم القيامة مِمَّا كَسَبُواْ من أعمالهم عَلَى شيء : أي لا يرون له أثراً من ثواب، كما لا يقدر من الرماد المطير في الريح على شيء ذالِكَ هُوَ الضَّلاَلُ الْبَعِيدُ إشارة إلى بعد ضلالهم عن طريق الحق أو عن الثواب "[1]

ج   الوصول إلى المراد بإيجاز ويسر:

كالوعد بالجنة وما فيها ،قال تعالى: ﴿**مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعِدَ الْمُتَّقُونَ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ أُكُلُهَا دَائِمٌ وَظِلُّهَا تِلْكَ عُقْبَى الَّذِينَ اتَّقَوْا وَعُقْبَى الْكَافِرِينَ النَّارُ**﴾[الرعد:35]

د   وقعه في النفس:

فالمثل لة تأثير سريع في النفس الإنسانية ،لما يبرزه ويوضحه بما يعرفه ويفهمه السامع قال تعالى: ﴿**إِنَّمَا مَثَلُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ مِمَّا يَأْكُلُ النَّاسُ وَالْأَنْعَامُ حَتَّى إِذَا أَخَذَتِ الْأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ وَظَنَّ أَهْلُهَا أَنَّهُمْ قَادِرُونَ عَلَيْهَا أَتَاهَا أَمْرُنَا لَيْلاً أَوْ نَهَاراً فَجَعَلْنَاهَا حَصِيداً كَأَنْ لَمْ تَغْنَ بِالْأَمْسِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون**﴾ [يونس:24].

"شبه الحياة الدنيا في إقبالها وزينتها ونضرتها، وغرور الإنسان بها بحال النبات وقد اختلط بة الماء فنما وازدهر واخضر وتزين، وتعلق الإنسان بها ظناً منه أنها لن تزول، وهو على هذه الحال فإذا بهذا النبات ييبس ويزول"[2]

"وهذا من التشبيه المركب، شبهت حال الدنيا في سرعة تقضيها وانقراض نعيمها بعد الإقبال، بحال نبات الأرض في جفافه وذهابه حطاماً بعد ما التف وتكاثف، وزين الأرض بخضرته ورفيفه "[3]

4 - أهداف المثل في القرآن لتقويم الشخصية:

أ   تحبيب العمل والترغيب فيه:

قال تعالى: ﴿**وَمَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ وَتَثْبِيتاً مِنْ أَنْفُسِهِمْ كَمَثَلِ جَنَّةٍ بِرَبْوَةٍ أَصَابَهَا وَابِلٌ فَآتَتْ أُكُلَهَا ضِعْفَيْنِ فَإِنْ لَمْ يُصِبْهَا وَابِلٌ فَطَلٌّ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ**﴾[البقرة:265]

"شبه حال من ينفق في سبيل الله ابتغاء مرضاته بعيداً عن الرياء والسمعة بحال البستان الذي استقر على مرتفع من الأرض، ويسقي بماء المطر فجاء البستان بثمرة مضاعفاً فهذا

---

1 - الكشاف / الزمخشري / ج 2/ ص298

2 - من بلاغة القرآن / د محمد ود نعمان شعبان علوان /ص185 / الدار العربية للنشر والتوزيع / ط 2

3 - الكشاف / الزمخشري / ج 1/ ص 187

المثل يرسم صورة من يعمل عملاً قليلاً ويجني كثيراً، ومثله قوله: ﴿**مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةُ حَبَّةٍ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ**﴾ [البقرة:261]"[1] والغرض منه التشجيع على الأنفاق بإخلاص في سبيل الله.

ب التنفير مما تكرهه النفس وتتقزز منه:

قال تعالى: ﴿ **وَلا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضاً أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتاً فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ**﴾[الحجرات: 12] ، "شبة الغيبة بأكل لحم الميت أو من يغتاب الآخرين كمن يأكل لحم الميت "[2]، والغرض منه التنفير والابتعاد عنه.

ج تذكير الإنسان :

قال تعالى: ﴿**وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُون**﴾[الزمر:27]

يقول ابن كثير :" يقول تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ** ﴾ أي: بينا للناس فيه بضرب الأمثال، ﴿ **لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ** ﴾ فإن المثل يُقَرّب المعنى إلى الأذهان، كما قال تعالى: ﴿**ضَرَبَ لَكُمْ مَثَلاً مِنْ أَنْفُسِكُمْ**﴾[الروم: 28]، أي: تعلمونه من أنفسكم، وقال: ﴿**وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُون** ﴾[العنكبوت:43].

د حمل الإنسان على التفكير:

قال تعالى: ﴿ **وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُون** ﴾[الحشر: 21]

يقول سيد قطب : أي "وهي خليقة بأن توقظ القلوب للتأمل والتفكير "[3]

ومثاله:قولة تعالى في ضعف قدرة الآلهة التي تعبد من دون الله: ﴿**مَثَلُ الَّذِينَ اتَّخَذُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ أَوْلِيَاءَ كَمَثَلِ الْعَنْكَبُوتِ اتَّخَذَتْ بَيْتاً وَإِنَّ أَوْهَنَ الْبُيُوتِ لَبَيْتُ الْعَنْكَبُوتِ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُون** ﴾ [العنكبوت:41] وقوله تعالى:﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ ضُرِبَ مَثَلٌ فَاسْتَمِعُوا لَهُ إِنَّ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ لَنْ يَخْلُقُوا ذُبَاباً وَلَوِ اجْتَمَعُوا لَهُ وَإِنْ يَسْلُبْهُمُ الذُّبَابُ شَيْئاً لا يَسْتَنْقِذُوهُ مِنْهُ ضَعُفَ الطَّالِبُ وَالْمَطْلُوبُ**﴾ [الحج:73]

---

[1] - من بلاغة القرآن / د محمد ود نعمان شعبان علوان /ص186

[2] - المرجع السابق / ص178

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3532

وسرعه زوال الدنيا: قال تعالى: ﴿**وَاضْرِبْ لَهُمْ مَثَلَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ فَأَصْبَحَ هَشِيماً تَذْرُوهُ الرِّيَاحُ وكَانَ اللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ مُقْتَدِراً**﴾[الكهف:45]

هـ تقبيح الصورة:

قال تعالى: ﴿**وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْنَاهُ آيَاتِنَا فَانْسَلَخَ مِنْهَا فَأَتْبَعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ الْغَاوِينَ وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُون** ﴾ [الأعراف:175 176]

" شبه القرآن الكريم هذا الإنسان الكافر التارك لآيات الله، والمعرض عنها بالكلب في أخص وأخس صفاته وهي اللهث المستمر"[1]، والغرض من ذلك تقبيح الشخصية المنزلقة خلف شهواتها بعد معرفتها الحق

وكقولة تعالى: ﴿**مَثَلُ الَّذِينَ حُمِّلُوا التَّوْرَاةَ ثُمَّ لَمْ يَحْمِلُوهَا كَمَثَلِ الْحِمَارِ يَحْمِلُ أَسْفَاراً بِئْسَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّه**ِ ﴾[الجمعة: 5]، والغرض تقبيح الصورة وعدم التشبه بمثلهم.

5 - نموذج المثل في القرآن:

قال تعالى : ﴿**أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِهَا فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَداً رَابِياً وَمِمَّا يُوقِدُونَ عَلَيْهِ فِي النَّارِ ابْتِغَاءَ حِلْيَةٍ أَوْ مَتَاعٍ زَبَدٌ مِثْلُهُ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْحَقَّ وَالْبَاطِلَ فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَال** ﴾[الرعد:17]

"فالحق مثل الماء الذي جرى في الأودية؛ فسالت أودية بقدرها؛ أي اختلط الحق بالباطل؛ لأن النفس جاءت بأباطيلها ومناها وشهواتها التي هي إلى فناء، فمنتها فاغتر بها القلب، والحق لا يفنى ولا يبلى فقوله﴿**أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً**﴾ أي القرآن ، شبه القرآن بالماء، لأن فيه منفعة الدين من الأحكام والشرائع، كما أن في المطر منفعة الدنيا، ثم شبه القلوب بالأودية لأنه وجد النور في القلب منفذاً ومجازاً، كما وجد الماء في هذه الأودية منفذاً ومجازاً.

ثم شبه القلوب بالسيل، وشبه الباطل بالزبد الذي يعلو فوق الماء؛ فكل قلب لم يتفكر ولم يعتبر، ولم يرغب في الحق خذله الله تعالى، ووجدت الظلمة والهوى في قلبه منفذاً ومجازاً

[1] - من بلاغة القرآن / د. محمد و د نعمان علوان / ص184

، كما أن السيل وجد في الأودية منفذاً ومجازاً، فلما خذل هذا القلب احتمل الباطل كما احتمل السيل الزبد الرابي، وإذا وجد القلب التوفيق فتفكر واعتبر احتمل الحق كما انتفع الناس من الماء الصافي؛ ثم وصف الحق والباطل لصاحبهما، فقال: ﴿ **فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً** ﴾ يعني تذهب منفعته على صاحبة في الدنيا والآخرة

﴿ **وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ** ﴾ وهو الماء الصافي، كذلك الحق : شبه الحق بالماء الصافي؛ لأنه تبقى منفعته لصاحبه في الدنيا والآخرة كما يبقى الماء لمن أخذه"[1] .

وبمثل هذه النماذج من الأمثال في القرآن يتم تقويم شخصية الإنسان، ويتضح له السبيل.

يقول مناع القطان : "والأمثال أوقع في النفس، وأبلغ في الوعظ، وأقوى في الزجر، وأقوم في الإقناع، وقد أكثر الله تعالى الأمثال في القرآن للتذكرة والعبرة، قال تعالى: ﴿**وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُون** ﴾ [الزمر:27**]** وقال: ﴿**وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُون** ﴾[العنكبوت: 43] وضربها النبي -صلى الله عليه وسلم - في حديثه، واستعان بها الداعون إلى الله في كل عصر لنصرة الحق وإقامة الحجة، ويستعين بها المربون ويتخذونها من وسائل الإيضاح والتشويق، ووسائل التربية في الترغيب أو التنفير، في المدح أو الذم."[2]

يقول الباحث وهذا الذي قاله القطان هو المقصود في منهج القرآن الكريم في تقويم الشخصية بالأمثال.

رابعاً:الترغيب الترهيب:

الترغيب لغة : " رغب فيه أراده "[3] ، والمقصود هو التحبيب والتشجيع.

الترهيب لغةً : " رهب أي خاف"[4] ، والمقصود هو التخويف والتنفير.

فالمراد من الترغيب ،التحبيب والتشجيع ، والمراد من الترهيب التخويف والتنفير والغرض من الترغيب الامتثال والإتباع والرضي وأما الغرض من الترهيب حاجز عن الانحراف والوقوع في المحرمات والمنهيات والنجاة من المخاطر والمنزلقات وهما أسلوبان من الأساليب القرآنية المتميزة في التربية والتبيين والإقناع، والارتقاء بالنفس البشرية إلى الأعلى والسموّ بها تعلما و تعليما ووعظاً و إرشاداً ويقوم أسلوب الترغيب والترهيب

---

[1] - الأمثال من الكتاب والسنة / أبو عبد الله محمد بن علي الترمذي/ ص 14،15

[2] - مباحث في علوم القرآن / مناع القطان / ص289

[3] - مختار الصحاح / الإمام الرازي / ص105

[4] - المرجع السابق / ص109

على أساس مبدأ النخلية والتحلية في التربية، وهو جانب مهم في التأثر والتأثير في الشخصية حسب الموضوع والغاية والنتيجة، ففي القرآن الكريم الترغيب في الإيمان والجنة والترهيب من الكفر والنار، قال الله تعالى: ﴿**أَمْ نَجْعَلُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَالْمُفْسِدِينَ فِي الْأَرْضِ أَمْ نَجْعَلُ الْمُتَّقِينَ كَالْفُجَّارِ**﴾[صّ:28]، وقوله: ﴿**أَفَمَنْ كَانَ مُؤْمِناً كَمَنْ كَانَ فَاسِقاً لا يَسْتَوُون** ﴾[السجدة:18]، وقوله:﴿**الَّذِينَ كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ**﴾ [فاطر:7]، ليتجه بالنفس البشرية نحو الاستقامة، والخير، والأمن والاستقرار، والشعور بالطمأنينة والراحة، وينأ بها عن الظلم و الاعتداء

ويبعدها عن القلق والاضطراب والإحساس بالخوف والشقاء.

وقد مدح الله أنبياءه فقال تعالى: ﴿ **إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَباً وَرَهَباً وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِين** ﴾[الأنبياء: 90]

قال الشوكاني : " أي يتضرعون إليه في حال الرخاء وحال الشدة"[1].

والترغيب والترهيب من الأساليب التربوية النبوية ومنها:

يقول النبي ﷺ : **(من نفس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا نفس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة، ومن يسر على معسر يسر الله علية في الدنيا والآخرة، ومن ستر مسلماً ستره الله في الدنيا والآخرة ، والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه، ومن سلك طريقاً يلتمس فيه علماً سهل الله له به طريقاً إلى الجنة، وما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله تعالى يتلون كتاب الله، ويتدارسونه بينهم إلا نزلت عليهم السكينة، وغشيتهم الرحمة، وحفتهم الملائكة، وذكرهم الله فيمن عنده، ومن بطأ به عمله لم يسرع به نسبه)**[2].

وقد استخدم النبيﷺ في هذا الحديث : الترغيب في تفريج الكروب عن المسلمين والتيسير عليهم وإعانتهم، والترغيب في طلب العلم ،والترغيب في مدارسة القرآن الكريم وتلاوته في بيوت الله والاجتماع علية، لما فيه من جلب السكينة والرحمة، والترهيب من التقصير في العمل الصالح والاعتماد على النسب.

والترغيب والترهيب أحد الأساليب التربوية التي انتهجها القرآن الكريم في تقويم الشخصية من خلال الثواب على فعل الخيرات و العقاب على فعل المنكرات، بالترغيب

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني/ ج 3/ ص425

[2] - سنن الترمذي / الإمام الترمذي / ح1930 / ج4 / ص 101 / ك البر والصلة / ب الستر على المسلم/ حسن

بالجنة ونعيمها، والترهيب من النار وجحيمها، فالترغيب والترهيب يكمل أحدهما الآخر في تقويم الشخصية.

وقد اهتم القرآن الكريم بالترهيب في علاج الأخلاق السيئة وتقويم السلوك المنحرف في شخصية الإنسان كالغيبة والنميمة والسخرية والبخل والتكبر والكذب والخيانة وغير ذلك من قبائح الأمور، والترغيب للتشجيع والتحفيز على فعل الخيرات وزيادتها كالكلمة الطيبة، وصلة الرحم، والصدق والأمانة والكرم وغير ذلك مما يرتقي بالنفس البشرية ويصلحها .

يقول تعالى:﴿**فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْراً يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرّاً يَرَهُ**﴾[الزلزلة:7 8]

قال القرطبي : " وهذا مثل ضربه الله تعالى في أنه لا يغفل من عمل ابن آدم صغيرة ولا كبيرة"[1] ، وهذا فيه حث على عدم الاستخفاف أو التقليل من قيمة أي عمل سواء كان صالحاً أم سيئاً .

ويقول سيد قطب : " فهذه أو ما يشبهها من ثقل من خير أو شر، تحضر ويراها صاحبها ويجد جزاءها! عندئذ لا يحقر الإنسان شيئاً من عمله خيراً كان أو شراً ولا يقول : هذه صغيرة لا حساب لها ولا وزن إنما يرتعش وجدانه أمام كل عمل من أعماله ارتعاشه ذلك الميزان الدقيق الذي ترجح به الذرة أو تشيل!

إن هذا الميزان لم يوجد له نظير أو شبيه بعد في الأرض إلا في القلب المؤمن القلب الذي يرتعش لمثقال ذرة من خير أو شر وفي الأرض قلوب لا تتحرك للجبل من الذنوب والمعاصي والجرائر ولا تتأثر وهي تسحق رواسي من الخير دونها رواسي الجبال "[2]

ويقول تعالى:﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا**﴾[فصلت: 46]

قال الشوكاني: " من عمل صالحا فلنفسه : أي من أطاع الله وآمن برسوله ولم يكذبهم فثواب ذلك راجع إليه ونفعه خاص به ومن أساء فعليها : أي عقاب إساءته عليه لا على غيره"[3]

وقد استخدم القرآن الكريم أسلوب الترغيب تارة منفرداً وكذا الترهيب تارة أخرى وجمع بينهما في مواضع غيرها وهذا هو منهج القرآن في التقويم للشخصية بالترغيب والترهيب والأمثلة على ذلك:

1 - أمثله الترغيب:

---

[1] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج 10/ ص 387

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3956

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 4/ ص 521

شجع القرآن الكريم على تعزيز الصبر في النفس فقال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ**﴾[الزمر: 10]

" أي إنما يعطى الصابرون جزاءهم بغير حصر، وبدون عدد أو وزن"[1]

قال أبو السعود: "ترغيب في التقوى المأمور بها وإيثار الصابرين على المتقين للإيذان بأنهم حائزون لفضيلة الصبر كحيازتهم لفضيلة الإحسان لما أشير إليه من استلزام التقوى لهما مع ما فيه من زيادة حث على المصابرة والمجاهدة في تحمل مشاق المهاجرة ومتاعبها أي إنما يوفى الذين صبروا على دينهم وحافظوا على حدوده ولم يفرطوا في مراعاة حقوقه لما اعتراهم في ذلك من فنون الآلام والبلايا التي من جملتها مهاجرة الأهل ومفارقة الأوطان أجرهم بمقابلة ما كابدوا من الصبر بغير حساب أي: بحيث لا يحصى ولا يحصر"[2].

وتشويق النفس للجنة بالإنفاق وكظم الغيظ والعفو عن الناس :﴿**وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين** ﴾[آل عمران:133 134].

ووعد بالنصر والتمكين والاستخلاف للمؤمنين: ﴿**وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَات لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْناً** ﴾[النور: 55]

ورغب في الاستغفار طلباً للرزق والمال والولد والجنة فقال: ﴿**فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّاراً يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَاراً وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَاراً**﴾ [نوح:10 - 12]

ورغب القرآن في محبة الله لخلقة من خلال صفات تحث على تقويم الشخصية ومنها:

أ - **الإحسان:** يقول تعالى:﴿**وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين** ﴾[البقرة:195]

ب - **التوبة والتطهر**: يقول تعالى:﴿**إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِين** ﴾ [البقرة: 222]

ج - **التقوى**: يقول تعالى:﴿ **فَإِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَّقِين** ﴾[آل عمران: 76]

---

[1] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج3/ ص73

[2] - تفسير أبي السعود / أبو السعود/ ج 4/ ص461

د - **الصبر:** يقول تعالى:﴿ **وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِين** ﴾ [آل عمران: 146]

هـ - **التوكل**: يقول تعالى:﴿**إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِين** ﴾[آل عمران: 159]

و - **الحكم بالقسط**: يقول تعالى:﴿ **وَإِنْ حَكَمْتَ فَاحْكُمْ بَيْنَهُمْ بِالْقِسْطِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِين** ﴾[المائدة: 42]

فمن توفرت فيه هذه الخصال عاش في حياة هانئة وسعيدة وطيبة، يقول تعالى: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُون** ﴾ [النحـ :97]

قال ابن عاشور : " أي لنجعلنّ له حياة طيّبة "[1]

2 - أمثلة الترهيب:

يقول تعالى: ﴿**وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَة**﴾ [الهمزة:1]

قال الشوكاني: "خزي أو عذاب أو هلكة أو واد في جهنم لكل همزة لمزه "[2]

وقال النسفي: " الهمزة : أي الذي يعيب الناس من خلفهم لُمَزَةٍ أي من يعيبهم مواجهة"[3].

ويقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْراً مِنْهُمْ وَلا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْراً مِنْهُنَّ وَلا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْأِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيراً مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلا تَجَسَّسُوا وَلا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضاً**﴾[الحجرات: 11 12]

يقول سيد قطب: " وينهاهم أن يسخر قوم بقوم أي رجال برجال فلعلهم خير منهم عند الله، أو أن يسخر نساء من نساء فلعلهن خير منهن في ميزان الله ... ولا تلمزوا أنفسكم واللمز : العيب ولكن للفظة جرساً وظلاً؛ فكأنما هي وخزه حسية لا عيبه معنوية!

ومن السخرية واللمز التنابز بالألقاب التي يكرهها أصحابها ويحسون فيها سخرية وعيباً ومن حق المؤمن على المؤمن ألا يناديه بلقب يكرهه ويزري به ومن أدب المؤمن ألا يؤذي أخاه بمثل هذا. وتحذر المؤمنين من فقدان هذا الوصف الكريم والفسوق عنه والانحراف بالسخرية واللمز والتنابز : بئس الاسم: الفسوق بعد الإيمان فهو شيء يشبه الارتداد عن

---

[1] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج 7/ ص273

[2] - فتح القدير / الشوكاني/ ج 5/ ص492

[3] - تفسير النسفي / النسفي/ ج 4/ ص375

الإيمان! وتهدد باعتبار هذا ظلماً، والظلم أحد التعبيرات عن الشرك: ومن لم يتب فأولئك هم الظالمون وبذلك تضع قواعد الأدب النفسي لذلك المجتمع الفاضل الكريم ... ثـم تـأمرهم باجتناب كثير من الظن، فلا يتركوا نفوسهم نهباً لكل ما يهجس فيها حول الآخرين من ظنون وشبهات وشكوك وتعلل هذا الأمر: إن بعض الظن إثم وما دام النهي منصباً علـى أكثـر الظن، والقاعدة أن بعض الظن إثم، فإن إيحاء هذا التعبير للضمير هو اجتناب الظن الـسيِّئ أصلاً، لأنه لا يدري أي ظنونه تكون إثماً!

بهذا يطهر القرآن الضمير من داخله أن يتلوث بالظن السيِّئ، فيقع في الإثم؛ ويدعه نقياً بريئاً من الهواجس والشكوك، أبيض يكن لإخوانه المودة التي يخدشها ظن السوء؛ والبراءة التي لا تلوثها الريب والشكوك، والطمأنينة التي لا يعكرها القلق والتوقع وما أروح الحياة في مجتمع بريء من الظنون!... والتجسس قد يكون هو الحركة التالية للظن؛ وقد يكون حركة ابتدائيـة لكشف العورات، والاطلاع على السوءات... إن للناس حرياتهم وحرماتهم وكراماتهم التي لا يجوز أن تنتهك في صورة من الصور، ولا أن تمس بحال من الأحوال "[1]

وحذر القرآن وشدد على عدم حب الله لمن اتصف بصفات تكـسب الشخـصية الانحـراف والإساءة ومنها:

أ - **الاعتداء بغير حق**: قال تعالى: ﴿ **وَلا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِـبُّ الْمُعْتَـدِين** ﴾[البقـرة: 190]

ب - **الكفر والإثم**: قال تعالى : ﴿ **وَاللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ**﴾[البقرة: 276]،وقال: ﴿ **فَإِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْكَافِرِين** ﴾ [آل عمـران: 32]،وقـال: ﴿**إِنَّ اللَّـهَ لا يُحِـبُّ كُـلَّ خَـوَّانٍ كَفُورٍ**﴾[الحج: 38]

ج - **الظلم**: قال تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الظَّالِمِين** ﴾[آل عمران: 57]

د - **الكبر** : قال تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالاً فَخُوراً**﴾**[النساء: 36]**،**وقال :** ﴿ **إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِين** ﴾[النحل: 23]

هـ - **الخيانة:** قال تعالى: ﴿ **إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ مَنْ كَانَ خَوَّاناً أَثِيماً**﴾[النساء: 107]

وقال : ﴿ **إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْخَائِنِين** ﴾ [الأنفال: 58]

و - **الفساد في الأرض**: قال تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الْمُفْسِدِين** ﴾[المائدة: 64]

ي - **الإسراف** :قال تعالى : ﴿**وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِين** ﴾[الأنعام: 141]

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب/ج6 / ص3344 3346 بتصرف

ز - **الفرح بالباطل**: قال تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْفَرِحِين**﴾[القصص: 76]

3 - نماذج الجمع بين الترغيب والترهيب في القرآن:

وقد جمع القرآن الكريم بين الترغيب والترهيب في مواضع متعددة من السور، كأسلوب تربوي، ومنهج تقويمي للنفس البشرية، ومنها قولة تعالى: ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا**﴾ [فصلت: 46] "أي من عمل شيئاً من الصالحات في هذه الدنيا فإنما يعود نفع ذلك على نفسه، ومن أساء في الدنيا فإنما يرجع وبال ذلك وضرره علية"[1]

ومثل ذلك قوله تعالى: ﴿ **وَإِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ لِلنَّاسِ عَلَى ظُلْمِهِمْ وَإِنَّ رَبَّكَ لَشَدِيدُ الْعِقَابِ**﴾[الرعد: 6]

وقوله:﴿**الَّذِينَ كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ**﴾ [فاطر:7]

وقوله :﴿**إِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ وَذُو عِقَابٍ أَلِيمٍ**﴾[فصلت: 43]

وقوله:﴿**فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْراً يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرّاً يَرَهُ**﴾**[الزلزلة:7 8]**

وقوله:﴿**أَمْ نَجْعَلُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَالْمُفْسِدِينَ فِي الْأَرْضِ أَمْ نَجْعَلُ الْمُتَّقِينَ كَالْفُجَّارِ**﴾ [صّ:28]

وقوله: ﴿**يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ** ﴾[آل عمران: 106]

وقوله:﴿**إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ وَإِنَّ الْفُجَّارَ لَفِي جَحِيمٍ**﴾[الانفطار:13 14]

" والأصل في الترغيب أن يكون في نيل رضي الله ورحمته وجزيل ثوابه في الآخرة، وأن يكون الترهيب بالتخويف من غضب الله وعذابه في الآخرة ... ويجوز أن يكون بما يصيب المدعوين في الدنيا من خير في حالة استجابتهم، وما يصيبهم من شر في حالة رفضهم "[2]

ويرى الباحث أن الترغيب والترهيب في المنهج القرآني، يكمل بعضهما البعض في تقويم الشخصية الإنسانية، فهما يعملان على توازن الشخصية، من خلال الأمل في الترغيب والثواب كأسلوب للتشجيع والتحفيز، والحذر من الترهيب والعقاب كأسلوب تخويف وتنفير، فتبقى النفس على يقظة واستعداد، وحرص على نيل الثواب، فتكون في استمرارية للصلاح والصفاء.

خامساً: القدوة الحسنه:

---

[1] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ص128 / ج 3

[2] - أصول الدعوة /د. عبد الكريم زيدان / ص437 / مؤسسة الرسالة/ ط9 /2001م

القدوة لغةً : "الأسوة، يقال فلان قدوة أي يقتدي به"[1]

والقدوة الصالحة والحسنه التي أمر الله خلقه ليقتدوا بها ويقتفوا أثرها، هي الشخصية السوية المتكاملة المتمثلة في شخصية محمد رسول الله ﷺ فقال: ﴿**لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً**﴾[الأحزاب:21]، وقد كان الزوج والأب والجد والمعلم والمجاهد والقاضي والعابد والسياسي والاقتصادي والتاجر، إنه النموذج الحي والتطبيقي للشخصية السوية ولو لم تكن شخصيته ﷺ متعددة الجوانب والنواحي، فلا يكون أسوة للناس في شخصياتهم وحياتهم على اختلاف شخصياتهم، فهو القدوة الحسنة التي واجهت كل التحديات والمواقف ووضعت لها الحلول.

وقد اقتدى به الصحابة الكرام، فكانوا خير القرون والمجتمعات والشخصيات بهذا الاقتداء.

كما أمر الله ﷻ رسول اللهﷺ أن يقتدي بمن سبقه من الأنبياء فقال: ﴿**أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهُدَاهُمُ اقْتَدِهْ قُلْ لا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْراً إِنْ هُوَ إِلَّا ذِكْرَى لِلْعَالَمِين**﴾[الأنعام:90]

وكذلك أمر المؤمنين أن يقتدوا بأبينا إبراهيم والذين آمنوا معه فقال تعالى: ﴿**قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآءُ مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَداً حَتَّى تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحْدَهُ إِلَّا قَوْلَ إِبْرَاهِيمَ لِأَبِيهِ لَأَسْتَغْفِرَنَّ لَكَ وَمَا أَمْلِكُ لَكَ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ رَبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ**﴾[الممتحنة:4]

وقد أراد القرآن الكريم للمسلمين أن يكونوا نموذجاً صالحاً في المجتمع ،فحثهم على مطابقة القول الفعل فقال تعالى محذراً من عدم مطابقة القول الفعل: ﴿**أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلا تَعْقِلُون**﴾[البقرة:44]، وخاطب شعيب عليه السلام قومه بعد نصحه لهم قائلاً : ﴿ **وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالِفَكُمْ إِلَى مَا أَنْهَاكُمْ عَنْهُ إِنْ أُرِيدُ إِلَّا الْأِصْلاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ**﴾[هود: 88]

1 - أهمية القدوة الحسنه:

أ أنها تمثل نموذجاً حقيقياً يلمسه الإنسان واقعاً فيتأسى به .

ب طبيعة الإنسان حب التقليد والتأسي وهو متوفر في القدوة.

ج تربط المقتدي بحب المقتدى به وتعلقه به .

د تيسر للمقتدي اكتساب العلم والخبرة والسلوك .

---

[1] - مختار الصحاح / الإمام الرازي / ص220

2 - أهداف القدوة الحسنه:

أ - التغيير للأصلح والأفضل.

ب - توفير الجهد والوقت على المقتدي.

ج - التأثير في الآخرين وتوجيههم.

د - تقديم نموذجاً صالحاً ينتفع المجتمع به.

هـ - نقل الخبرات والمفاهيم للغير.

والقدوة يكون بين الناس متحليات بكل فضيلة، ومتخلياً عن كل رذيلة .

3 - نموذج القدوة الحسنه في تقويم الشخصية في القرآن:

ذكر القرآن العظيم نماذج كثيرة ومتميزة من الأنبياء كقدوة حسنة ومنهم:

يوسف عليه السلام نموذجاً يقتدي به في الطهارة والعفة، رغم كثرة المغريات، وتهيئة الأجواء للفاحشة في مكيدة امرأة العزيز له عليه السلام، وصموده أمام جبروت هذه المرأة، فقال تعالى: ﴿**وَرَاوَدَتْهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَغَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ**﴾[يوسف:23]، وقدوة في العفو وسلامة الصدر فقال : ﴿**قَالَ لا تَثْرِيبَ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ يَغْفِرُ اللَّهُ لَكُمْ وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ**﴾ [يوسف:92]

وأيوب عليه السلام نموذجاً للصبر على البلاء والمرض.

ورسولنا الكريم سيرته العطرة هي ترجمه تطبيقية لما في القرآن الكريم من فعل المأمورات وترك المنهيات فقال تعالى: ﴿ **وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا** ﴾ [الحشر:7]

وفي حياته مواقف الصبر والثبات والعزة والجود والشجاعة والعدل والصدق والأمانة ما لا يعد، وما ليس مجالاً لذكره.

يقول الباحث فمن أراد تقويم شخصيته فليقرأ سيرة النبي ﷺ و يتأسى بكل ما فيها يكن من أسعد الناس، وأحبهم إلى الله عز وجل وأقربهم إلى الناس .

المبحث الثالث: منهج القرآن في تحقيق توازن الشخصية

وفيه مطلبان

المطلب الأول : مفهوم التوازن .

المطلب الثاني : التوازن في الكون .

المطلب الثالث : توازن الشخصية في ضوء القرآن.

المبحث الثالث

منهج القرآن في تحقيق توازن الشخصية

يقول تعالى: ﴿ **إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى**﴾[النحل: 90]
يقول الشوكاني : " العدل بالمعنى اللغوي وهو التوسط بين طرفي الإفراط والتفريط فمعنى أمره سبحانه بالعدل أن يكون عباده في الدين على حالة متوسطة ليست بمائلة إلى جانب الإفراط وهو الغلو المذموم في الدين ولا إلى جانب التفريط وهو الإخلال بشيء مما هو من الدين"[1]

المطلب الأول

مفهوم التوازن

التوازن: "هو التوسط أو الاعتدال بين طرفين متضادين، بحيث لا ينفرد أحدهما بالتأثير ويطرد الطرف المقابل، بحيث لا يأخذ أحد الطرفين أكثر من حقه، ويطغى على مقابله ويحيف علية"[2]

"والعدل والتوسط والتوازن عبارات متقاربة المعنى، فالعدل في الحقيقة توسط بين الطرفين المتنازعين أو الأطراف المتنازعة دون ميل أو تحيز إلى أحدهما أو إحداها، وهو بعبارة أخرى: موازنة بين هذه الأطراف بحيث يعطي كل منها حقه دون بخس ولا جور علية"[3]

ويعرف د. أبو دف التوازن في التربية الإسلامية بأنه: " التزام الاعتدال في تربية جميع جوانب المتعلم، وعدم مجاوزتها بالزيادة التي تؤدي إلى الإفراط، والنقصان الذي يؤول إلى الإهمال أو التفريط"[4].

ويرى الباحث مما سبق أن الشخصية المتوازنة هي الشخصية المعتدلة التي تضع الأمور في نصابها، ولا تتجاوز الحدود في عباداتها ومعاملاتها وأخلاقها لا بإفراط ولا بتفريط، ولا زيادة ولا نقصان؛ بل من كمال الشخصية التوسط والاعتدال في كل شيء، و الدين الإسلامي هو دين الوسطية لذا فهو يصلح لكل زمان ومكان، وكذلك الشخصية المتوازنة تحسن التعامل مع كل مواقف الحياة .

---

1 - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص188

2 - الخصائص العامه للإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص115/مكتبة وهبه /ط6 /2003م

3 -- المرجع السابق / ص119

4 - مقدمه في التربية الإسلامية / د. محمود أبو دف / ص24

المطلب الثاني

التوازن في الكون

ولو تصفح الإنسان هذا الكون المنظور لوجد أن كل ما فيه يشير إلى حقيقة التوازن فيه، فاستمرارية هذا الكون وبقائه تدل على انتظامه وتوازنه، ولو اختل في ذلك لاضطرب هذا الكون وتدمر واندثر

يقول د. القرضاوي : "ننظر في هذا العالم من حولنا فنجد الليل والنهار، والظلام والنور، والحرارة والبرودة، والماء واليابس، والغازات المختلفة، كلها بقدر وميزان وحساب، لا يطغى شيء منها على مقابله، ولا يخرج عن حده المقدر له.

وكذلك الشمس والقمر والنجوم والمجموعات الكونية السابحة في فضاء الكون الفسيح، إن كل منها يسبح في مدارة، ويدور في فلكه، دون أن يصطدم غيره، أو يخرج عن دائرته، وصدق الله العظيم إذ يقول : ﴿**إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ**﴾[القمر:49]

قال النسفي: " خلقنا كل شيء مقدراً محكماً مرتباً على حسب ما اقتضته الحكمة "[1]

﴿ **الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ طِبَاقاً مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَاوُتٍ فَارْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرَى مِنْ فُطُورٍ**﴾ [الملك:3]

قال ابن كثير : "وقوله: ﴿ **مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَاوُتٍ** ﴾ أي: بل هو مصطحب مستو، ليس فيه اختلاف ولا تنافر ولا مخالفة، ولا نقص ولا عيب ولا خلل؛ ولهذا قال: ﴿ **فَارْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرَى مِنْ فُطُورٍ** ﴾ أي: انظر إلى السماء فتأملها، هل ترى فيها عيبًا أو نقصًا أو خللا؛ أو فطورًا؟"[2]

ومن صور التوازن في الكون قولة تعالى: ﴿**لا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ** ﴾ [يس:40]، وقولة : ﴿**الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ وَالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدَانِ وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ** ﴾ [الرحمن:5 7] [3]

---

[1] - تفسير النسفي/ النسفي/ ج4 / ص206

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير /ج4/ ص 487،488

[3] - الخصائص العامة للإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص116

المطلب الثالث

توازن الشخصية في ضوء القرآن

سبق أن ذكرنا قول د. نجاتي:" إن الشخصية السوية في الإسلام ، هي الشخصية التي يتوازن فيها البدن والروح، وتشبع فيها حاجات كل منهما وإن الشخصية السوية هـي التـي تعني بالبدن وصحته وقوته، وتشبع حاجاته في الحدود التي رسمها الشرع، والتي تتمسك في نفس الوقت بالإيمان بالله، وتؤدي العبادات، وتقوم بكل ما يرضي الله تعالى، وتتجنب كل ما يغضبه."[1]

ويقول د. نجاتي: "إن الحل الأمثل للصراع بين الجانبين المادي والروحي في الإنـسان هـو التوفيق بينهما، بحيث يقوم الإنسان بإشباع حاجاته البدنية في الحدود التي أباحهـا الـشرع، ويقوم في الوقت نفسه بإشباع حاجاته الروحية. ومثل هذا التوفيق بين حاجات البدن وحاجات الروح يصبح أمراً ممكناً إذا التزم الإنسان في حياتـه بالتوسـط و - الاعتـدال ، وتجنـب الإسراف والتطرف سواء في إشباع دوافعه البدنية أو الروحية فليس في الإسـلام رهبانيـة تقاوم إشباع الدوافع البدنية وتعمل على كبتها كما ليس في الإسلام إباحة مطلقة تعمل علـى الإشباع التام للدوافع البدنية دون ضبط وتحكم، وإنما ينادي الإسلام بالتوفيق بين دوافع كـل من البدن والروح، وإتباع طريق وسط يحقق التوازن بين الجانبين المـادي والروحـي فـي الإنسان وفي هذا المعنى يقول القرآن الكريم: ﴿**وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الـدَّارَ الْـآخِرَةَ وَلا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ** ﴾[القصص: 77]

وروي عن الرسول ﷺ في هذا المعنى أيضا:

عن أنس رضي الله عنه قال: **(جاء ثلاثة رهط إلى بيوت أزواج النبي صلى الله عليه وسلم يسألون عن عبادة النبي صلى الله عليه وسلم ، فلما أخبروا كأنهم تقالوها فقـالوا: وأيـن نحن من النبي صلى الله عليه وسلم ، قد غفر له ما تقدم من ذنب وما تأخر، فقال أحدهم : أما أنا فإني أصاب الليل أبداً. وقال آخر: أنا أصوم الدهر ولى أفطر. وقال آخر: أنا أعتـزل النساء فلا أتزوج أبداً فجاء رسول الله ﷺ فقال : أنتم الذين قلتم كذا وكذا أما والله انـى لأخشاكم لله وأتقاكم له لكني أصوم وأفطر وأصاب وأرقد وأتزوج النساء فمن رغـب عـن سنتي فليس مني)[2].**

---

[1] - انظر الشخصية السوية / ص101

[2] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح5063 / ج 3 /ص427 / ك النكاح / ب الترغيب في النكاح

وعن عبد الله بن عمر رضي الله عنهما قال: **(قال لي النبي ﷺ ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل؟ قلت: إني أفعل ذلك قال: فإنك إذا فعلت ذلك هجمت عينك ونفهت نفسك وإن لنفسك عليك حقا ولأهلك حقا فصم وأفطرا وقم ونم)**[1].

وحينما يتحقق التوازن بين البدن والروح تتحقق ذاتية الإنسان في صورتها الكاملة السوية"[2]

"إن الإنسان بطبيعته شديد الطمع والحرص على الدنيا لا يكاد يشبع منها أو يرتوي يقول النبي ﷺ: **" لو كان لابن آدم واديان من مال لابتغى واديا ثالثا ولا يملأ جوف بن آدم إلا التراب "**[3] **وكان لابد** للدين أن يهديه إلى الاعتدال في السعي للغنى، والإجمال في طلب الرزق، وبذلك يضمن التوازن في نفسه وفي حياته، ويمنحه السكينة التي هي سر السعادة، ويجنبه الإفراط والغلو الذي يرهق النفس والبدن معاً...ولو ترك الإنسان يستسلم لنزعات حرصه وطمعه، لأصبح خطراً على نفسه وجماعته،فكان لا بد من توجيه طموحه إلى قيم أرفع، ومعان أخلد، ورزق أبقى قال تعالى: ﴿**وَلا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَى مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجاً مِنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَى**﴾[طـه:131]، وقال:﴿**زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ قُلْ أَؤُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ** ﴾ [آل عمران: 14 15] وظيفة الإيمان هنا أن يحد من سورة الحرص والطمع، وطغيان الشراهة والجشع على النفس البشرية فلا تستبد بها وتجعلها تحيا في قلق دائم... وظيفة الإيمان أن يوجه النفوس إلى القيم المعنوية الخالدة"[4]

أن الدين الإسلامي هو دين الوسطية ويدعو إلى الوسطية يقول تعالى:﴿ **وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطاً**﴾[البقرة: 143]

ويرى الباحث أن الثقافة الإسلامية كفيلة برسم المنهج الواضح لتوازن الشخصية:

" فالثقافة الإسلامية لها خصيصة الوسطية والتوازن، فهذه الثقافة تمثل المنهج الوسط، للأمة الوسط، بين إفراط الأمم وتفريطها، ومع أن الطرفين قد يوجدان داخلها، إلا أن الصبغة

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ص816/ ح1159 / ب النهي عن صوم الدهر لمن تضرر بة

[2] القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص235

[3] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح6436/ / ج3 ص207 / ك الرقاق / ب ما يتقى من فتنة المال

[4] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي /ص138،139

العامة لها ، والطابع الغالب عليها هو الوسطية، التوازنية، المستمدة من وسطية الإسلام، ووسطية أمته:

﴿**وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطاً** ﴾ [البقرة: 143] .

تجد هذا واضحاً في الوسطية المتوازنة: بين العقل والوحي، بين العلم والإيمان، بين المادة والروح، بين الحقوق والواجبات، بين الفردية والجماعية، بين الإلهام والالتزام، بين النص والاجتهاد، بين المثال والواقع، بين استلهام الماضي والتطلع إلى المستقبل"[1]

ومنهج القرآن يؤسس إلى ترسيخ مبدأ التوازن في الشخصية في الأمور جميعها ولا يقبل الإفراط ولا التفريط في جميع مناحي الحياة الدنيا والآخرة ومنها:

أولاً:التوازن في العبادة:

يقول تعالى: ﴿ **وَلا تَجْهَرْ بِصَلاتِكَ وَلا تُخَافِتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلاً**﴾[الإسراء: 110]

يقول الشيخ الشعراوي: " فكِلاَ الطرفين مذموم وخَيْر الأمور الوسط ... بين الجهر والإسرار واسلك سبيل الوسطية التي جاء بها الشرع"[2]

يقول الصابوني : " أي اقصد طريقاً وسطاً بين الجهر والمخافتة "[3]

ويقول تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً**﴾[الفرقان:67]

" أصبح شائع في مفهوم الناس عن الدين والتدين الحق، هو الانقطاع عن العالم ، والتفرغ للعبادة، وأن المتدين الحق هو الذي يتبطل فلا يعمل، ويتقشف فلا يتمتع، ويتبتل فلا يتزوج، ويتعبد فلا يفتر، ليله قائم، ونهاره صائم، يده من الدنيا صفر، وحظه من الحياة خبز الشعير، ولبس المرقع، واتخاذ الفلوات داراً"[4] .

وهذا ما وضحه الرسول الكريم للأمة في شخص عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال: **(قال لي رسول الله ﷺ يا عبد الله ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل فقلت بلى يا رسول الله قال فلا تفعل صم وأفطر وقم ونم فإن لجسدك عليك حقا وإن لعينك عليك حقا وإن لزوجك عليك حقا وإن لزورك عليك حقا)** [5]

---

[1] - الثقافة العربية الإسلامية بين الأصالة والمعاصرة/ د. يوسف القرضاوي / ص 31 / مكتبة وهبة / ط1 /1994م

[2] - تفسير الشعراوي / الشعراوي / ج14/ ص8815

[3] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج2/ ص1801

[4] - الخصائص العامة للإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص129

[5] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح5199 / ج 3 /ص 462 / ك النكاح / ب لزوجك عليك حقاً

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال :(جاء ثلاثة رهط إلى بيوت أزواج النبي ﷺ يسألون عن عبادة النبي ﷺ فلما أخبروا كأنهم تقالوها فقالوا وأين نحن من النبي ﷺ قد غفر الله له ما تقدم من ذنبه وما تأخر قال أحدهم أما أنا فإني أصلي الليل أبدا وقال آخر انا أصوم الدهر ولا أفطر وقال آخر أنا أعتزل النساء فلا أتزوج أبدا فجاء رسول الله ﷺ فقال أنتم الذين قلتم كذا وكذا أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم له لكني أصوم وأفطر وأصلي وأرقد وأتزوج النساء فمن رغب عن سنتي فليس مني) [1]

ويرى الباحث أن هذه الأحاديث تبين دعوة الإسلام إلى الوسطية والاعتدال والتوازن بما في ذلك القربات والطاعات، فلا يطغى جانب على آخر، فللجسد حاجات وضرورات، والعبادة لها أوقات، وعلى الإنسان السوي أن يوازن بينها، والاقتصاد في الطاعة هو المنهج الذي ربى النبي ﷺأصحابه عليه.

ثانياً:التوازن في الاهتمام بمتطلبات الدنيا والآخرة :

﴿**وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا** ﴾[القصص: 77]

قال ابن كثير: " أي: استعمل ما وهبك الله من هذا المال الجزيل والنعمة الطائلة في طاعة ربك والتقرب إليه بأنواع القربات، التي يحصل لك بها الثواب في الدار الآخرة وَلا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا أي: مما أباح الله فيها من المآكل والمشارب والملابس والمساكن والمناكح، فإن لربك عليك حقًّا، ولنفسك عليك حقًّا، ولأهلك عليك حقاً "[2].

ويقول تعالى:﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ مِنْ يَوْمِ الْجُمُعَةِ فَاسْعَوْا إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ وَذَرُوا الْبَيْعَ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيراً لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُون** ﴾[الجمعة:9 10]

يقول سيد قطب : " والآية تأمر المسلمين أن يتركوا البيع وسائر نشاط المعاش بمجرد سماعهم للأذان، وترغبهم في هذا الانخلاع من شؤون المعاش والدخول في الذكر في هذا الوقت ... مما يوحي بأن الانخلاع من شؤون التجارة والمعاش كان يقتضي هذا الترغيب والتحبيب وهو في الوقت ذاته تعليم دائم للنفوس؛ فلا بد من فترات ينخلع فيها القلب من شواغل المعاش وجواذب الأرض، ليخلو إلى ربه، ويتجرد لذكره، ويتذوق هذا الطعم الخاص للتجرد والاتصال بالملأ الأعلى، ويملأ قلبه وصدره، من ذلك الهواء النقي الخالص العطر ويستروح شذاه! ثم يعود إلى مشاغل العيش مع ذكر الله : ﴿**فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا**

---

[1] - المرجع السابق / ج5 / ص1949 / ك النكاح / ب الترغيب في النكاح

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص481

فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيراً لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُون ﴾[الجمعة:10] وهذا هو التوازن الذي يتسم به المنهج الإسلامي والتوازن بين مقتضيات الحياة في الأرض، من عمل وكد ونشاط وكسب وبين عزلة الروح فترة عن هذا الجو وانقطاع القلب وتجرده للذكر، وهي ضرورة لحياة القلب لا يصلح بدونها للاتصال والتلقي والنهوض بتكاليف الأمانة الكبرى وذكر الله لا بد منه في أثناء ابتغاء المعاش، والشعور بالله فيه هو الذي يحول نشاط المعاش إلى عبادة ولكنه مع هذا لا بد من فترة للذكر الخالص، والانقطاع الكامل، والتجرد الممحص كما توحي هاتان الآيتان"[1] .

" فهذا هو شأن المسلم مع الدين والحياة حتى في يوم الجمعة: يبيع وعمل للدنيا قبل الصلاة، ثم سعي إلى ذكر الله وإلى الصلاة وترك البيع والشراء وما أشبهه من مشاغل الحياة، ثم انتشار في الأرض وابتغاء الرزق من جديد بعد انقضاء الصلاة، مع عدم الغفلة عن ذكر الله كثيراً في كل حال، فهو أساس الفلاح والنجاح ... فالقرآن الكريم يدعو إلى العمل للحياة، والضرب في الأرض، والمشي في مناكبها والاستمتاع بطيباتها، بجوار الحث على الاستعداد للآخرة، والتزود ليوم الحساب، وذلك بالإيمان والعبادة وحسن الصلة بالله، ودوام ذكره "[2]

ثالثاً: التوازن في الزينة و الطعام والشراب:

يقول تعالى:﴿**يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ** ﴾ [الأعراف: 31]

يقول سيد قطب : " إنه يناديهم أن يأخذوا زينتهم من اللباس الذي أنزله الله عليهم وهو الرياش عند كل عبادة... ويناديهم كذلك ليتمتعوا بالطيبات من الطعام والشراب دون إسراف"[3]

يقول النبي الكريم: **(ما ملأ آدمي وعاء شرا من بطن بحسب بن آدم أكلات يقمن صلبه فإن كان لا محالة فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه)**[4]

رابعاً:التوازن بين الإسراف والتقتير:

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3569

[2] - الخصائص العامة للإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص 125،130

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص1282

[4] - سنن الترمذي / الترمذي / ج4 / ص590/ ب ما جاء في كراهية الأكل/ حسن صحيح

يقول تعالى: ﴿**وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُوماً مَحْسُوراً**﴾ [الإسراء:29] " ﴿**وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِك**﴾ تمثيل للبخل أي لا تكن بخيلاً منوعاً لا تعطي أحداً شيئاً كمن حبست يده عن الإنفاق وشددت إلى عنقه، ﴿**وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ**﴾

يقول ابن كثير : " يقول تعالى آمرًا بالاقتصاد في العيش ذامّاً للبخل ناهيًا عن السَّرَف: فلا تكن بخيلا منوعًا، لا تعطي أحدًا شيء ... ولا تسرف في الإنفاق فتعطي فوق طاقتك، وتخرج أكثر من دخلك، فتقعد ملومًا محسورًا "[1]

ووصف عباد الرحمن بالتوازن والتوسط في الإنفاق فقال: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً**﴾ [الفرقان: 67]

ومنها التوازن في سؤال خيري الدنيا والآخرة: ﴿**وَمِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ**﴾[البقرة: 201]

خامساً:التوازن بين الخوف والرجاء:

يقول الإمام الغزالي : " إن الرجاء والخوف جناحان بهما يطير المقربون إلى كل مقام محمود ومطيتان بهما يقطع من طرق الآخرة كل عقبة كئود فلا يقود إلى قرب الرحمن وروح الجنان مع كونه بعيد الأرجاء ثقيل الأعباء محفوفا بمكارة القلوب ومشاق الجوارح والأعضاء إلا أزمة الرجاء ولا يصد عن نار الجحيم والعذاب الأليم مع كونه محفوفا بلطائف الشهوات وعجائب اللذات إلا سياط التخويف وسطوات التعنيف"[2]

يقول تعالى: ﴿**نَبِّئْ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ**﴾ [الحجر:50]

قال الشوكاني : " أي أخبرهم يا محمد أني أنا الكثير المغفرة لذنوبهم الكثير الرحمة لهم كما حكمت به على نفسي إن رحمتي سبقت غضبي ... ثم إنه سبحانه لما أمر رسوله بأن يخبر عباده بهذه البشارة العظيمة أمره بأن يذكر لهم شيئاً مما يتضمن التخويف والتحذير حتى يجتمع الرجاء والخوف ويتقابل التبشير والتحذير ليكونوا راجين خائفين فقال : وأن عذابي هو العذاب الأليم: أي الكثير الإيلام وعند أن جمع الله لعباده بين هذين الأمرين من

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص 47

[2] - إحياء علوم الدين / الامام الغزالي /ة ج 4/ ص133

التبشير والتحذير صاروا في حالة وسطا بين اليأس والرجاء وخير الأمور أوساطها وهي القيام على قدمي الرجاء والخوف وبين حالتي الأنس والهيبة"[1] .

فلا يستولي الخوف علية فييأس ويقنط، ولا يحمله الرجاء فيتكاسل ويتهاون، بل التوازن بين الرجاء والخوف.

وكذا قولة تعالى: ﴿ **إِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ وَذُو عِقَابٍ أَلِيمٍ**﴾[فصلت: 43]

سادساً: التوازن بين متطلبات الروح والجسد:

يقول سيد قطب: " إن الإسلام يعترف بالإنسان جسماً وعقلاً وروحاً في كيان؛ ولا يفترض أن هناك تعارضاً بين نشاط هذه القوى المكونة في مجموعها للإنسان، ولا يحاول أن يكبت الجسم لتنطلق الروح لأن هذا الكبت ليس ضرورياً لانطلاق الروح ومن ثم يجعل عبادته الكبرى - الصلاة - مظهراً لنشاط قواه الثلاث وتوجهها إلى خالقها جميعاً في ترابط واتساق يجعلها قياماً وركوعاً وسجوداً تحقيقاً لحركة الجسد، ويجعلها قراءة وتدبراً وتفكيراً في المعنى والمبنى تحقيقا لنشاط العقل؛ ويجعلها توجها واستسلاماً لله تحقيقا لنشاط الروح كلها في آن"[2].

يقول تعالىَ: ﴿ **ياأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُون** ﴾ [البقرة: 172]

يقول ابن كثير: " يقول تعالى آمرا عباده المؤمنين بالأكل من طَيبات ما رزقهم تعالى، وأن يشكروه على ذلك، إن كانوا عبيده، والأكل من الحلال سبب لتقبل الدعاء والعبادة، كما أن الأكل من الحرام يمنع قبولَ الدعاء والعبادة"[3]

ويقول سيد قطب : " يبين هنا أنه الرازق لعباده، وأنه هو الذي يشرع لهم الحلال والحرام وهذا فرع عن وحدانية الإلوهية كما أسلفنا فالجهة التي تخلق وترزق هي التي تشرع فتحرم وتحلل"[4]

عن حنظله الأسدي قال: وكان من كتاب رسول الله ﷺ: **(قال لقيني أبو بكر فقال كيف أنت يا حنظله قال قلت نافق حنظله قال سبحان الله ما تقول قال قلت نكون عند رسول الله ﷺ يذكرنا بالنار والجنة حتى كأنا رأى عين فإذا خرجنا من عند رسول الله ﷺ عافسنا الأزواج**

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص134

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب/ ج 1 / ص160

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص282

[4] - في ظلال القرآن / سيد قطب/ ج 1 /ص155

والأولاد والضيعات فنسينا كثيرا قال أبو بكر فوالله إنا لنلقى مثل هذا فانطلقت أنا وأبو بكر حتى دخلنا على رسول الله ﷺ قلت نافق حنظله يا رسول الله فقال رسول الله ﷺ ومـــا ذاك قلت يا رسول الله نكون عندك تذكرنا بالنار والجنة حتى كأنا رأى عين فإذا خرجنـــا مـــن عندك عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات نسينا كثيرا فقال رسول الله ﷺ والذي نفسي بيده إن لو تدومون على ما تكونون عندي وفي الذكر لصافحتكم الملائكة علـــى فرشـــكم وفـــي طرقكم ولكن يا حنظله ساعة وساعة ثلاث مرات)[1].

أفاد الحديث :

"1 - أن الإنسان وسط بين عالمي المادة والروح

2 على العاقل أن يكون له ساعات: ساعة يناجي فيها ربه، وساعة يحاسب فيهـا نفـسه، وساعة يفكر فيها في صنع الله، وساعة يخلو فيها لحاجته من مطعم ومشرب.

3 الإسلام دين الفطرة والتوسط والاعتدال، يجمع بين مصالح الدنيا والآخرة، ويجمع بـين مطالب الروح والجسد "[2]

وحديث الثلاثة رهط الذين جاءوا إلى بيوت أزواج النبي صلى الله عليه وسلم يـسألون عـن عبادة النبي صلى الله عليه وسلم.

عبد الله بن عمرو بن العاص ﷺ قال: **(قال لي النبي ﷺ ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقـوم الليل؟ قلت بلى يا رسول الله ـ قال فلا تفعل، صم وأفطر، ونم وقم ، فإن لجسدك عليك حقاً، وإن لعينك عليك حقاً ، وإن لزوجك عليك حقاً ، وإن لزورك عليك حقاً)[3]**

أفاد الحديث:

" 1 التزام حد الاعتدال في العبادة

2 لا رهبانية في الإسلام.

3 العبادة في الإسلام لا تعني الانقطاع عن الجهاد وطلب الرزق.

4 الإسلام يدعو إلى العمل للدنيا والآخرة."[4]

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح2750 / ك التوبة / ب فضل دوام ذكر الله

[2] - نزهة المتقين شرح رياض الصالحين / د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مـستو، علـي الشربجي، محمد أمين لطفي / ج 1 13/ ص142

[3] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح5199 / ج3 / ص462 / ك النكاح / ب لزوجك عليك حقاً

[4] - - نزهة المتقين شرح رياض الصالحين / د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مستو، علـي الشربجي، محمد أمين لطفي / ج 1/ ص141

يقول الباحث: ومما لاشك فيه أن التوازن في الشخصية، هو وسيله ضرورية للوصـــول إلى تكامل الشخصية السوية، والحذر من الانسياق وراء الرغبات والشهوات التي تفضي إلى الزيغ والانحراف، لذا يجب ضبط الشهوات بما يتوافق مع النفس الإنسانية السائرة على شرع الله تعالى، والقرآن حذر من الانسياق وراء الشهوات المهلكات فقال تعالى:﴿**زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ قُلْ أَؤُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَـــارُ خَالِـــدِينَ فِيهَـــا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ** ﴾[آل عمران: 14،15]

المبحث الرابع

سمات الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية في ضوء القرآن الكريم

المبحث الرابع

سمات الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية في القرآن الكريم

السمة: "هي الصفة الجسمية أو العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية - الفطرية أو المكتسبة التي يتميز بها الفرد، وتعبر عن استعداد ثابت نسبياً لنوع معين من السلوك"[1]

ذكر د. زهران عدة خصائص تتميز بها الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية عن الشخصية المريضة ومنها:

"1 **التوافق:** ودلائل ذلك التوافق الشخصي ويتضمن الرضا عن النفس ، والتوافق الاجتماعي ويشمل التوافق الأسري والتوافق المدرسي والتوافق المهني والتوافق الاجتماعي بمعناه الواسع.

2 الشعور بالسعادة مع النفس:

ودلائل ذلك الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماض نظيف، وحاضر سعيد، ومستقبل مشرق، واستغلال والاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية ، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة ووجود اتجاه متسامح نحو الذات واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها ونمو مفهوم موجب للذات وتقدير الذات حق قدرها.

3 الشعور بالسعادة مع الآخرين:

ودلائل ذلك: حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين - والتكامل الاجتماعي والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة الصداقات الاجتماعية والانتماء للجماعة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب والتفاعل الاجتماعي السليم، والقدرة على التضحية وخدمة الآخرين، والاستقلال الاجتماعي والسعادة الأسرية والتعاون وتحمل المسئولية الاجتماعية"[2]

ويرى الباحث أن منهج القرآن يرسم سمات الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية ومنها:

أولاً : التفاؤ :

" التفاؤل قوة نفسية إيجابية فعالة ... ينظر صاحبها إلى الغد بابتسامة أمل، ويسير إلى الغاية المرجوة بروح القائد الشجاع ، وبنفسية العزيز المنتصر... دون أن يعتريه يأس أو يستحوذ علية قنوط "[3]

---

[1] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 59

[2] - المرجع السابق / ص 13

[3] - صفات الداعية النفسية / عبد الله ناصح علوان / ص48 /دار السلام / ط2 /1990م

والتفاؤل هو: " ما يغمر جوانح المؤمن من أمل، ذلك الشعاع الذي يلوح للإنسان في دياجير الحياة فيضيء له الظلمات، وينير له المعالم ويهديه السبيل، ذلك هو الأمل، الذي بة تتمو شجرة الحياة، ويرتفع صرح البنيان، ويذوق المرء طعم السعادة، ويحس ببهجة الحياة.

فالأمل قوة دافعه تشرح الصدر للعمل، وتخلق دواعي الكفاح من أجل الواجب، وتبعث النشاط في الروح والبدن، وتدفع الكسول إلى الجد، والمجد إلى المداومة على جده، والزيادة فيه تدفع المخفق إلى تكرار المحاولة حتى ينجح، وتحفز الناجح إلى مضاعفة الجهد ليزداد نجاحه "[1]

والمؤمن هو صاحب الشخصية السوية لذا فهو "أوسع الناس أملاً، وأكثرهم تفاؤلاً واستبشاراً وأبعدهم عن التشاؤم والتبرم والضجر، إذ الإيمان معناه الاعتقاد بقوة عليا تدبر هذا الكون لا يخفى عليها شيء، ولا تعجز عن شيء، الاعتقاد بقوة غير محصورة، ورحمة غير متناهية، وكرم غير محدود"[2].

1 - التفاؤل وليد الإيمان:

فالمؤمن يبقى متفائلاً مهما أحدقت بة الشدائد والابتلاءات راجياً زوالها وأجرها، وأن ما يصيبه منها هو مجرد سحابة صيف سرعان ما تنقشع.

والمؤمن يؤمن بأن الله ﷻ " يتجه إلية المكروب يسأله الصبر والرضا، والخلف من كل فائت، والعوض من كل مفقود.

ويتجه إلية المظلوم آملاً يوماً قريباً ينتصر فيه على ظالمه، فليس بين دعوة المظلوم وبين الله حجاب.

ويتجه إلية المحروم من الأولاد سائلاً أن يرزقه ذرية طيبة.

وكل واحد من هؤلاء آمل في أن يجاب إلى ما طلب، ويحقق له ما ارتجى، فما ذلك على قدرة الله ببعيد، وما ذلك على الله بعزيز"[3]

2 - أمثله على تفاؤل الشخصية السوية من القرآن الكريم:

سأل إبراهيم عليه السلام ربه وهو في سن كبيرة وزوجه عقيم، أملاً في أن يرزقه الولد فدعا قائلاً: ﴿**رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِين**﴾[الصافات:100]، وكذلك زكريا عليه السلام قد بلغ من الكبر عتياً وكانت زوجه عاقراً إلا أنه لم ييأس من رحمه الله ، فدعا ربه آملاً أن يرزقه الولد فقال:

---

[1] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي / ص156

[2] - المرجع السابق / ص159

[3] - المرجع السابق / ص 161

﴿هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ﴾ [آل عمران:38] ﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْباً وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيّاً وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِراً فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيّاً يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ وَاجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيّاً﴾[مريم: 4 - 6].

فكانت الإجابة من الله لهما بقبول دعائهما فنقلت الملائكة البشرى لإبراهيم عليه السلام : ﴿قَالُوا لا تَوْجَلْ إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلامٍ عَلِيمٍ﴾[الحجر:53] ﴿فَبَشَّرْنَاهُ بِغُلامٍ حَلِيمٍ﴾[الصافات:101] ﴿فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً قَالُوا لا تَخَفْ وَبَشَّرُوهُ بِغُلامٍ عَلِيمٍ﴾[الذاريات:28]، ولما رزقه الولد قال: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ﴾[إبراهيم:39]

أما زكريا عليه السلام فجاءته الملائكة بالبشرى وتسمية الولد من السماء فقال تعالى: ﴿فَنَادَتْهُ الْمَلائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَى ﴾[آل عمران: 39]، وقال: ﴿ يَازَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيّاً﴾ [مريم: 7]

ويعقوب عليه السلام لم ينقطع أمله في عودة يوسف عليه السلام بعد غياب دام سنين، فحث أبناءه بأن يبحثوا وينقبوا عن أخيهم يحذوهم الأمل فقال: ﴿ابَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُون ﴾[يوسف: 87] فاستجاب الله له رجاءه وأمله

فلما اطمأن يعقوب عليه السلام على سلامه ولده يوسف عليه السلام قال: ﴿ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لا تَعْلَمُون ﴾[يوسف:96]

وأيوب عليه السلام ابتلاه الله بالمرض فتوجه إلى مولاة سائلاً إياه آملا الشفاء من السقم فقال: ﴿وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ﴾[صّ:41]، وقال: ﴿وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِين ﴾[الأنبياء:83]، فكانت الإجابة تحقيق الأمل والسلامة والبرء من السقم والمرض فقال تعالى: ﴿فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَذِكْرَى لِلْعَابِدِين ﴾ [الأنبياء:84]

واستغاثة يونس عليه السلام ربه لما التقمه الحوت آملاً النجاة فقال: ﴿ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِين ﴾[الأنبياء: 87] فكانت النجاة بأن لفظه الحوت

استجابة من الله لدعائه ﴿**فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَـمِّ وَكَـذَلِكَ نُنْجِـي الْمُـؤْمِنِين** ﴾ [الأنبياء:88]

ثانياً: الرضا:

1 - تعريف الرضا:

الرضا لغةً: ضد السخط.

الرضا في الشرع: رضا العبد عن الله: أن لا يكره ما يجري بة قضاؤه، ورضا الله عن العبد أن يراه مؤتمراً بأمره منتهياً بنهيه "[1]

والسخط ضد الرضا و"الساخط إنسان دائم الحزن، دائم الكآبة ، ضيق الصدر، ضيق الحياة، ضيق بالناس، ضيق بنفسه، ضيق بكل شيء ، كأن الدنيا على سعتها في عينيـه سـم الخياط"[2]

لذا فليس عجيباً أن يكون غير راض وغير سعيد وأن شخصيته غير سوية ، وغيـر متمتـع بالصحة النفسية بل مليء بالعقد النفسية والأمراض النفسية.

وأما المؤمن الراضي " فهو الذي يغمره الإحساس بالرضا بعد كل قدر من أقـدار الله،وهـو الذي يحس تلك الحالة النفسية التي تجعله مستريح الفؤاد، منشرح الصدر، غيـر متبـرم ولا ضجر، ولا ساخط على نفسه، وعلى الكون والحياة والأحياء ،ومنشأ ذلك رضاه عن وجـودة الخاص في نفسه، وعن الوجود العام من حوله، ومبعث هذا وذاك رضاه عن مصدر الوجود كله، وينبوع هذا الرضا هو الإيمان بالله رب العالمين .

فالرضا نعمة روحية جزيلة ، هيهات أن يصل إليها جاحد بالله"[3]

وقد رضي الله عن الصحابة ﷺ ورضوا عنه قال تعـالى: ﴿**وَالسَّابِقُونَ الْـأَوَّلُونَ مِـنَ الْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارِ وَالَّذِينَ اتَّبَعُوهُمْ بِإِحْسَانٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْه**﴾[التوبـة: 100]

وكذلك المؤمنين الذين يعملون الأعمال الـصالحة فقـال : ﴿**إِنَّ الَّـذِينَ آمَنُـوا وَعَمِلُـوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْـرِي مِـنْ تَحْتِهَـا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَداً رَضِـيَ اللَّـهُ عَـنْهُمْ وَرَضُـوا عَنْـهُ ذَلِـكَ لِمَـنْ خَـشِيَ رَبَّهُ**﴾[البينة:7 8]

[1] - سلسلة أعمال القلوب/ محمد صالح المنجد/ ص91 / دار الفجر للتراث /ط1 /2005م

[2] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي / ص125

[3] - نفس المرجع / ص127

2 - رضا الشخصية السوية في السراء والضراء:

فصاحب الشخصية السوية يستوي عنده الرضا سواء كان في السراء أو في الـــضراء، فـــإذا كانت في السراء حمد الله وشكره على نعمة، وإذا كانت الضراء صبر واحتسب راجياً الثواب وكشف الضر عنه وفي هذا يقول النبي ﷺ : **(عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله خير ولــيس ذاك لأحد إلا للمؤمن إن أصابته سراء شكر فكان خيرا له وإن أصابته ضراء صــبر فكــان خيرا له)**[1]

"والمؤمن كما يغمره الشعور بنعمة الله علية في كل حين وفي كل حال، لا يفقد هذا الــشعور وإن أصابته البأساء ، والضراء ، وهزته زلازل الحياة .

إنه يرضى بما قضى الله له، وما قدر عليه، إيماناً بأن الله تعالى لا يفعل شيئاً عبثـــاً، ولا يشرع تشريعاً يريد به عسراً لعبادة﴿ **يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ** ﴾ [البقرة: 185]، إنه سبحانه أرحم بهم من الوالدة بولدها، وأن الخير المطوي في جوف ما نظنه كارثة وشراً، وما نكرهه بطبيعتنا البشرية ﴿**فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَيَجْعَلَ اللَّـــهُ فِيـــهِ خَيْـــراً كَثِيراً**﴾ [النساء: 19]" [2]

وإنما "يرضى في الضراء من وجهين:

الأول: أنه يعلم أن الله ﷻ أحسن كل شيء خلقه وأتقنه، فهو راض عما يقع في أفعالـــه؛ لان هذا من خلقه، فإذا قدر علية بشيء من الضرر أو الألم أو وقع له مكروه من جهته رضـــي لان الله حكيم، ما فعلها إلا لحكمة .

الثاني: أن الله ﷻ أعلم بما يصلحه وما يصلح له، واختياره له خير من اختياره لنفسه"[3]

" فالمؤمن راض عن ربه، لأنه آمن بكماله وجمالة، أيقن بعدله ورحمته، واطمأن إلى علمـــه وحكمته، أحاط سبحانه بكل شيء علماً، وأحصى كل شيء عددا، ووسع كل شيء رحمه، لم يخلق شيئاً لهواً، ولم يترك شيئاً سدى، له الملك، وله الحمد، نعمه عليه لا تعد، وفضله عليـــه لا يحد، فما به من نعمه فمن الله، وما أصابه من حسنة فمن الله، وما أصابه من سيئة فمـــن نفسه، يردد دائماً هذا الثناء الذي ردده من قبل أبونا إبراهيم ﵇: ﴿**الَّـــذِي خَلَقَنِـــي فَهُـــوَ**

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم /ج4/ ص2295/ ب المؤمن أمرة كلة خير

[2] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي / ص135،136

[3] - سلسلة أعمال القلوب / محمد المنجد /ص100 بتصرف

يَهْدِينِ وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنْ يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ﴾[الشعراء:78 82] "[1].

والمؤمن يستشعر طعم الإيمان وحلاوته في قول رسول الله ﷺ **: (ذاق طعم الإيمان من رضي بالله رباً وبالإسلام ديناً وبمحمد نبياً)**[2]

ومعنى " الرضا بالله رباً: الرضا بربوبيته سبحانه، والرضا برسوله ﷺ ، والانقياد والتسليم... ويتضمن الرضا بمحبته وحده،الرضا بعبادته وحده، و الرضا بإلوهيته وبما قدر وبما حكم.

الرضا بمحمد ﷺ نبياً: الذي ارتضاه الله لنا قدوة ومثلاً نقتفي أثرة فقال : ﴿**لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً**﴾[الأحزاب:21]

أن تؤمن به وتنقاد له وتستسلم لأمره ويكون أولى بك من نفسك... وترضى بسنته فلا تتحاكم إلا إليها، وترضى بها.

الرضا بالإسلام ديناً: أن هذا الدين الذي ارتضاه الله لخلقه جميعاً فقال: ﴿ **وَرَضِيتُ لَكُمُ الْأِسْلامَ دِيناً** ﴾ [المائدة: 3]، فما في الإسلام من حكم أو أمر أو نهي إلا يرضى عنه تماماً وليس في نفسه أي حرج ويسلم تسليماً لذلك ولو خالف هواة"[3]

3 - من ثمرات الرضا في الشخصية السوية:

أ السعادة والسرور والاطمئنان

ب يذهب الأحزان والآلام وينجي من الهموم التي تنزل بالإنسان.

ج تجمع شمله ، وتسكن قلبه، وتهدئ روعه.

د ينقي القلب من البغضاء والضغينة والغل والحقد والحسد.

هـ التسليم والتفويض المطلق لله ﷻ في كل الأمور.

و كثرة الحمد والشكر لله في السراء والضراء.

ثالثاً: الإحسان:

يقول تعالى: ﴿ **إِنَّا نَرَاكَ مِنَ الْمُحْسِنِين** ﴾[يوسف: 78]

---

[1] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي / ص128

[2] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 58 / ص 47 / ك الإيمان / ب الدليل على أن من رضي بالله رباً وبالإسلام ديناً وبمحمد رسولاً فهو مؤمن

[3] - سلسله أعمال القلوب / محمد المنجد / ص 101،102

قال النسفي : " من المحسنين إلى أهل السجن فإنك تداوي المريض وتعزي"[1]

﴿ **وَبَشِّرِ الْمُحْسِنِين** ﴾[الحج: 37]

قال ابن كثير : " أي: وبشر يا محمد المحسنين، أي: في عملهم، القائمين بحدود الله، المتبعين ما شَرَع لهم، المصدقين الرسولَ فيما أبلغهم وجاءهم به من عند ربه عز وجل"[2].

فالإحسان سمه بارزة من سمات الشخصية السوية والمميزة لها،وقد حث القرآن الكريم على الإحسان بصفة شاملة لكل معاني الإحسان، وعدم قصرها على معنى النفقة فقال تعالى:﴿**إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى**﴾[النحل: 90]

يقول الإمام الغزالي : " والإحسان سبب الفوز ونيل السعادة وهو يجري من التجارة مجرى الربح ولا يعد من الغفلاء من قنع في معاملات الدنيا برأس ماله فكذا في معاملات الآخرة فلا ينبغي للمتدين أن يقتصر على العدل واجتناب الظلم ويدع أبواب الإحسان وقد قال الله ﴿**وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ** ﴾ [القصص: 77]وقال عز و جل:﴿**إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى**﴾[النحل: 90]

وقال سبحانه﴿**إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِين** ﴾[الأعراف: 56]

ونعني بالإحسان فعل ما ينتفع به المعامل وهو غير واجب عليه ولكنه تفضل منه"[3]

فالشخصية السوية شخصية مستقلة لا تتأثر بغيرها إلا بالخير والصلاح، وهي تتقن عملها، وتُحسن في معاملة الغير، وسيذكر الباحث إحسان الخالق الذي يتعلم منه الإنسان الإتقان، ومنزلة المحسنين ترغيباً في الإحسان ومنزلته، وصور الإحسان ليتمثل بها الإنسان ويقتدي بها.

1 - إحسان الخالق:

فالله له الإحسان المطلق في كل شيء فهو ﴿**الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ** ﴾[السجدة: 7]

قال الشوكاني : " أنه أتقن وأحكم خلق مخلوقاته فبعض المخلوقات وإن لم تكن حسنة في نفسها فهي متقنة محكمة"[4]

ووصف نفسه فقال : ﴿ **فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِين** ﴾[المؤمنون: 14]

---

[1] - تفسير النسفي / النسفي / ج 2/ ص221

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص274

[3] - إحياء علوم الدين / الإمام الغزالي / ج2/ ص 72،73

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج4/ ص 249

قال الشوكاني : " أحسن الخالقين أتقن الصانعين المقدرين "[1]، ويشهد له قوله تعالى: ﴿ **صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي أَتْقَنَ كُلَّ شَيْءٍ**﴾[النمل: 88]

قال الألوسي : " أي أتقن خلقه وسواه على ما تقتضيه الحكمة"[2]

والله خلق الإنسان وصوره: قال تعالى: ﴿**لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ**﴾[التين:4]

قال الطبري: " لقد خلقنا الإنسان في أحسن صورة وأعدلها"[3]

قال تعالى: ﴿ **وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ** ﴾[غافر: 64 ،التغابن : 3]

قال أبو السعود: "وصوركم فأحسن صوركم حيث براكم في أحسن تصوير وأودع فيكم من القوى والمشاعر الظاهرة والباطنه ما نيط بها عن الكمالات البارزة والكامنة وزينكم بصفوة صفات مصنوعاته وخصكم بخلاصة خصائص مبدعاته وجعلكم أنموذج جميع مخلوقاته في هذه النشأة"[4]

والقرآن كلام الله أحسن الحديث: ﴿**اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَاباً مُتَشَابِهاً مَثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَى ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَى اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ** ﴾ [الزمر:23]

قال البغوي: أي "يشبه بعضه بعضًا في الحسن، ويصدق بعضه بعضًا ليس فيه تناقض ولا اختلاف"[5]

وقصص القرآن الكريم هي أحسن وأصدق القصص :﴿**نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ** ﴾[يوسف: 3]

الإحسان في الحكم : ﴿ **وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ حُكْماً لِقَوْمٍ يُوقِنُونَ** ﴾[المائدة: 50]

2 - منزلة المحسنين:

وعدهم بالزيادة في الخير والنعم فقال: ﴿**وَسَنَزِيدُ الْمُحْسِنِينَ** ﴾[البقرة: 58]

ووعدهم بمحبته تشجيعاً لهم فقال : ﴿**وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** ﴾[البقرة: 195].

وقال: ﴿**وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** ﴾[آل عمران: 134]

---

[1] - فتح القدير / ج3/ ص477

[2] - تفسير روح المعاني / الألوسي / ج10/ ص35

[3] - جامع البيان / الطبري / ج10/ ص8700

[4] - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج5/ ص728

[5] - معالم التنزيل / البغوي / ج4/ ص66

وأخبرهم بقرب رحمته منهم وشملها لهم فقال: ﴿**إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِين** ﴾ [الأعراف: 56]

ووعدهم بحفظ ثوابهم وأجرهم وعدم ضياعه فقال : ﴿ **إِنَّ اللَّهَ لا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِين** ﴾ [التوبة: 20] وقال:﴿**وَاصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِين** ﴾[هود:115]

وكافأهم بإيتائهم الحكم والعلم فقال: ﴿ **آتَيْنَاهُ حُكْماً وَعِلْماً وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِين** ﴾ [يوسف:22]

وشملهم بمعيته فقال : ﴿ **وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِين** ﴾[العنكبوت: 69]

3 - من صور الإحسان :

أ -الإحسان في تعامله مع ربه: باستشعار رقابته في كل زمان ومكان وعندما سئل النبي ﷺ عن الإحسان قال:**أن تعبد الله كأنك تراه ، فإن لم تكن تراه فإنه يراك**[1] ،ويقول تعالى:﴿ **مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلا أَدْنَى مِنْ ذَلِكَ وَلا أَكْثَرَ إِلَّا هُوَ مَعَهُمْ أَيْنَ مَا كَانُوا** ﴾ [المجادلة: 7] دلاله على معية الله ورقابة لخلقة.

ب - الإحسان في عبادته لربه: لقوله تعالى: ﴿ **لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلا**﴾[الملك: 2]

ج - الإحسان للوالدين : لقوله تعالى: ﴿**وَوَصَّيْنَا الْأِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَاناً حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهاً وَوَضَعَتْهُ كُرْهاً وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْراً حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِين** ﴾ [الأحقاف:15]

د - الإحسان للزوجة: لقوله تعالى: ﴿**فَإِمْسَاكٌ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٌ بِإِحْسَانٍ** ﴾[البقرة: 229]

قال ابن كثير : " أي: إذا طلقتها واحدة أو اثنتين، فأنت مخير فيها ما دامت عدتها باقية، بين أن تردها إليك ناويًا الإصلاح بها والإحسان إليها، وبين أن تتركها حتى تنقضي عدتها، فتبين منك، وتطلق سراحها محسنًا إليها، لا تظلمها من حقها شيئًا، ولاتُضارّ بها"[2]

هـ - الإحسان في الحديث: بانتقاء الكلمات الطيبة التي تكسبه احترام الناس لقوله تعالى: ﴿ **وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْناً**﴾ [البقرة: 83]، ولقوله تعالى:﴿**وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ** ﴾ [الإسراء: 53]

---

[1] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح 50 / ج 1 / ص 22 / ك الإيمان / ب سؤال جبريل النبيﷺ عن الإيمان والإسلام والإحسان وعلم الساعة

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص 368

ومنها الدعوة إلى الله فهي أحسن القول لقوله تعالى: : ﴿**وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلاً مِمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحاً وَقَالَ إِنَّنِي مِنَ الْمُسْلِمِينَ** ﴾[فصلت:33]

و - الإحسان في الحوار والمناظرة : لقوله تعالى: ﴿ **وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ** ﴾[النحل: 125] " والجدل مناقشة الحجج في قضية من القضايا وعلى كُلٍّ من الطرفين أنْ يعرضَ حُجّته في رفق ولين ودون تشنُّج أو غَطْرسة ويجب عليك في موقف الجدال هذا ألاَّ تُغْضِبَ الخصْم، فقد يتمحَّك في كلمة منك، ويأخذها ذريعة للانصراف من هذا المجلس"[1]

قال ابن كثير:" من احتاج منهم إلى مناظرة وجدال، فليكن بالوجه الحسن برفق ولين وحسن خطاب، كما قال:﴿**وَلا تُجَادِلُوا أَهْلَ الْكِتَابِ إِلا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِلا الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْهُمْ**﴾ [العنكبوت : 46]، فأمره تعالى بلين الجانب، كما أمر موسى وهارون، عليهما السلام، حين بعثهما إلى فرعون فقال: ﴿ **فَقُولا لَهُ قَوْلا لَيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى** ﴾ [طه : 44] "[2].

ي - والإحسان بالاستماع للآخر وإتباع خير ما يسمع لقوله تعالى: ﴿**الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ**﴾[الزمر:18]

وهذا "مدح لهم بأنهم نقاد في الدين يميزون بين الحسن والأحسن والفاضل والأفضل فإذا اعترضهم أمران واجب وندب اختاروا الواجب وكذلك المباح والندب، وقيل يستمعون أوامر الله تعالى فيتبعون أحسنها نحو القصاص والعفو والانتصار والإغضاء والإبداء والإخفاء"[3]

ز - الإحسان في التحية: بإفشاء السلام، وبردة بأحسن منه بالزيادة فيه أو بمثله، لقولة تعالى: قال تعالى:﴿**وَإِذَا حُيِّيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا** ﴾[النساء: 86]

قال ابن كثير: " أي: إذا سلم عليكم المسلم، فردوا عليه أفضل مما سلم، أو ردوا عليه بمثل ما سلم به فالزيادة مندوبة، والمماثلة مفروضة"[4].

قال أبو السعود: " فحيوا بتحية أحسن منها بأن تقولوا وعليكم السلام ورحمة الله إن اقتصر المسلم على الأول وبأن تزيدوا وبركاته إن جمعها المسلم وهي النهاية لانتظامها لجميع فنون المطالب التي هي السلامة عن المضار ونيل المنافع ودوامها ونماؤها أو أجيبوها بمثلها"[5]

---

1 - تفسير الشعراوي / الشعراوي / ج13/ ص8286

2 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج2/ ص769

3 - تفسير روح المعاني / الألوسي / ج12/ ص252

4 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص701

5 - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج1/ ص560

رابعاً : الإيجابية:

إن الشخص السوي هو الإنسان الذي يحرص على العمل والإنتاج والتطوير والتعمير في هذه الحياة، وفي جميع مجالاتها، ففي داخله قوة داخلية تدفعه نحو تحمل المسئولية والخلافة في الأرض، إنها الايجابية التي لا تتوقف عن الإبداع و العمل الدؤوب.

من صور الايجابية:

1 المسارعة في الخير:

﴿**فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ**﴾[البقرة: 148 المائدة: 48]

أي يسارعوا إلى ما هو خير لهم في الدارين وما ينفعهم من الأعمال الصالحة التي حث القرآن الكريم عليها ويبادروا بانتهاز كل فرصة عمل صالح لفعلها وإحراز درجة السبق في ميادين الخير يقول البقاعي: " ﴿ **فاستبقوا الخيرات** ﴾ أي افعلوا في المبادرة إليها بغاية الجهد فعل من يسابق شخصاً يخشى العار بسبقه له"[1]

ويقول تعالى:﴿**وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ** ﴾ [آل عمران:133]

قال ابن كثير : " نَدَبهم إلى المبادرة إلى فعْل الخيرات والمسارعة إلى نَيْل القُرُبات "[2]

ويقول تعالى:﴿**سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ** ﴾[الحديد: 21]

" أي سارعوا مسارعة المسابقين لأقرانهم في المضمار الى مغفرة عظيمة كائنة من ربكم أي إلى موجباتها من الأعمال الصالحة وجنة عرضها كعرض السماء والأرض جميعا"[3]

2 الجرأة في الحق:

ويمثل مؤمن آل فرعون النموذج الايجابي في الجرأة في قول كلمة الحق،قال تعالى: ﴿**وَقَالَ رَجُلٌ مُؤْمِنٌ مِنْ آلِ فِرْعَوْنَ يَكْتُمُ إِيمَانَهُ أَتَقْتُلُونَ رَجُلاً أَنْ يَقُولَ رَبِّيَ اللَّهُ وَقَدْ جَاءَكُمْ بِالْبَيِّنَاتِ مِنْ رَبِّكُمْ** ﴾[غافر:28]

قال سيد قطب : " ولكن الرجل المؤمن يجد من إيمانه غير هذا؛ ويجد أن عليه واجباً أن يحذر وينصح ويبدي من الرأي ما يراه . ويرى من الواجب عليه أن يقف إلى جوار الحق الذي يعتقده كائناً ما كان رأي الطغاة "[1]

---

[1] - نظم الدرر / البقاعي / ج 2/ ص 478

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص 536

[3] - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج 5/ ص 688

ثم يفصل الحق سبحانه في موقف مؤمن آل فرعون الايجابي وحواره الطويل المنطقي والمقنع مع فرعون وقومه فيقول تعالى: ﴿ **وَقَالَ الَّذِي آمَنَ يَا قَوْمِ اتَّبِعُونِ أَهْدِكُمْ سَبِيلَ الرَّشَادِ يَا قَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَاعٌ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ مَنْ عَمِلَ سَيِّئَةً فَلَا يُجْزَى إِلَّا مِثْلَهَا وَمَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ وَيَا قَوْمِ مَا لِي أَدْعُوكُمْ إِلَى النَّجَاةِ وَتَدْعُونَنِي إِلَى النَّارِ تَدْعُونَنِي لِأَكْفُرَ بِاللَّهِ وَأُشْرِكَ بِهِ مَا لَيْسَ لِي بِهِ عِلْمٌ وَأَنَا أَدْعُوكُمْ إِلَى الْعَزِيزِ الْغَفَّارِ لَا جَرَمَ أَنَّمَا تَدْعُونَنِي إِلَيْهِ لَيْسَ لَهُ دَعْوَةٌ فِي الدُّنْيَا وَلَا فِي الْآخِرَةِ وَأَنَّ مَرَدَّنَا إِلَى اللَّهِ وَأَنَّ الْمُسْرِفِينَ هُمْ أَصْحَابُ النَّارِ فَسَتَذْكُرُونَ مَا أَقُولُ لَكُمْ وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ** ﴾ [غافر:38 44]

ويعقب سيد قطب على هذه الآيات بقوله: " إنها الحقائق التي تقررت من قبل في صدر السورة يعود الرجل فيقررها في مواجهة فرعون وملئه إنه يقول في مواجهة فرعون : يا قوم اتبعون أهدكم سبيل الرشاد وقد كان فرعون منذ لحظات يقول : وما أهديكم إلا سبيل الرشاد فهو التحدي الصريح الواضح بكلمة الحق لا يخشى فيها سلطان فرعون الجبار ولا ملأه المتآمرين معه من أمثال هامان وقارون"[2].

وقد حث النبي ﷺ الأمة على الجرأة في الحق فقال : **(من رأى منكم منكراً فليغيره بيده ، فمن لم يستطع فبلسانه ، ومن لم يستطع فبقلبه وذلك أضعف الإيمان)** [3]

3 تحمل المسئولية:

ويجسد هذه الايجابية موقف سيدنا يوسف عليه السلام في خطابة لملك مصر ﴿**قَالَ اجْعَلْنِي عَلَى خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ**﴾[يوسف:55]

يقول الشوكاني : " أي اجعلني على حفظ خزائن الأرض وهي الأمكنة التي تخزن فيها الأموال طلب يوسف عليه السلام منه ذلك ليتوصل به إلى نشر العدل ورفع الظلم ويتوسل به إلى دعاء أهل مصر إلى الإيمان بالله وترك عبادة الأوثان وفيه دليل على أنه يجوز لمن وثق من نفسه إذا دخل في أمر من أمور السلطان أن يرفع منار الحق ويهدم ما أمكنه من الباطل

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 5 / ص3080

[2] - المرجع السابق / ج 5/ ص3082

[3] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 82 / ص 52 / ك الإيمان / ب بيان كون النهي عن المنكر من الإيمان

طلب ذلك لنفسه ويجوز له أن يصف نفسه بالأوصاف التي لها ترغيبا فيما يرومه وتنـــشيطا لمن يخاطبه من الملوك بإلقاء مقاليد الأمور إليه وجعلها منوطة به"[1].

ودعوة النبي ﷺ للمسلمين عامة وفي كل المجالات بتحمل مسئولياتهم حيث يقـــول : **(كلكـــم راع وكلكم مسئول عن رعيته)**[2]

4 مساعدة الآخرين:

وتمثل مساعدة موسى عليه السلام للمرأتين هذه الايجابية وروح المبادرة في قولة تعالى: ﴿**فَـــسَقَى لَهُمَا ثُمَّ تَوَلَّى إِلَى الظِّلِّ فَقَالَ رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ**﴾[القصص:24]

قال النسفي : " فسقى غنمهما لأجلهما رغبة في المعروف وإغاثة للملهوف"[3].

"تلك الهمة الإيمانية التي وُجدت في موسى قبل أن يصير رسولاً ... كأن الهمة الإيمانية التي وصَفتها تلك اللقطة القصصية توقظ مسئولية كل مؤمن ليسلك مثل هذه السلوك فعندما يرى امرأةً قد خرجت عن محيط بيتها لأي عمل فعليه أن يقضي لها حاجتها حتى ترجـــع إلـــى بيتها وذلك دون أن يتخذ من ذلك ذريعة ووسيلة إلى أمر ينزل بهمته وينال من مروءته"[4] .

ويقول تعالى:﴿**ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ**﴾ [البلد:17]

يقول الشوكاني: " أي أوصى بعضهم بعضا بالصبر على طاعة الله وعن معاصيه وعلى مـــا أصابهم من البلايا والمصائب وتواصوا بالمرحمة: أي بالرحمة على عباد الله فإنهم إذا فعلوا ذلك رحموا اليتيم والمسكين واستكثروا من فعل الخير بالصدقة ونحوها "[5]

5 المسامحة:

يقول تعالى: ﴿**ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَةَ** ﴾ [المؤمنون: 96]

ويقول تعالى: ﴿**وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَـــكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾ [فصلت:34]

أي:" ولا تستوي الحسنة والسيئة، يعني الصبر والغضب، والحلم والجهل، والعفو والإساءة"[6]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص 35

[2] - صحيح البخاري / الإمام البخاري / ح5200 / ج 3 /ص 462 / ك النكاح / ب المرأة راعية في بيت زوجها

[3] - تفسير النسفي / النسفي / ج 3/ ص 231

[4] - تفسير الشعراوي / الشعراوي / ج 5/ ص2841

[5] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص 445

[6] - معالم التنزيل / البغوي / ج 4/ ص 102

وقال ابن كثير : "فرق عظيم بين هذه وهذه، فمن أساء إليك فادفعه عنك بالإحسان إليه"[1]
لذا قال تعالى:﴿**وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ**﴾ [الشورى:43]
قال الشوكاني: " أي صبر على الأذى وغفر لمن ظلمه ولم ينتصر"[2]

6 الاستقامة:

يقول سيد قطب: " فالاستقامة: الاعتدال والمضي على النهج دون انحراف وهو في حاجة إلى اليقظة الدائمة، والتدبر الدائم، والتحري الدائم لحدود الطريق، وضبط الطريق، وضبط الانفعالات البشرية التي تميل الاتجاه قليلاً أو كثيراً ومن ثم فهي شغل دائم في كل حركة من حركات الحياة"[3] .

يقول تعالى: ﴿**وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيماً فَاتَّبِعُوهُ وَلا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُون** ﴾ [الأنعام:153]

"أي هذا الصراط الذي أسلكه وادعوا إليه مستقيما لا اعوجاج فيه... فاتبعوه أي اقتفوا أثره واعملوا به ولا تتبعوا السبل أي الضلالات... عن سبيله أي سبيل الله تعالى الذي لا اعوجاج فيه ولا حرج لما هو دين الإسلام وقيل : هو إتباع الوحي واقتفاء البرهان وفيه تنبيه على أن صراطه عليه السلام عين سبيل الله تعالى "[4]

يقول سيد قطب: " هناك صلة صلة النصح والولاء إنهم المؤمنون الذين قالوا: ربنا الله، ثم استقاموا على الطريق إليه بالإيمان والعمل الصالح إن الله لا يقيض لهؤلاء قرناء سوء من الجن والإنس؛ إنما يكلف بهم ملائكة يفيضون على قلوبهم الأمن والطمأنينة، ويبشرونهم بالجنة ويتولونهم في الحياة الدنيا وفي الآخرة :

﴿**إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُون** ﴾[فصلت:30]

والاستقامة على قوله: ربنا الله الاستقامة عليها بحقها وحقيقتها الاستقامة عليها شعوراً في الضمير، وسلوكاً في الحياة الاستقامة عليها والصبر على تكاليفها أمر ولا شك كبير وعسير ومن ثم يستحق عند الله هذا الإنعام الكبير صحبة الملائكة، وولاءهم، ومودتهم "[5]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4/ ص122
[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج4/ ص541
[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص1931
[4] - روح المعاني / الألوسي / ج 4/ ص 57
[5] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج5/ ص3120

وقد سأل سفيان بن عبد الله النبيﷺ قال :**(قلت يا رسول الله، قل لي في الإسلام قولاً لا أسأل عنه أحداً غيرك. قال : قل أمنت بالله ثم استقم)**[1]

أفاد الحديث: "أن الاستقامة هي التزام منهج الإسلام، وأن الاستقامة درجة عالية تدل على كمال الإيمان وعلو الهمة"[2]

7 الجدية:

قال تعالى: ﴿ **قَالَ رَبِّ إِنِّي دَعَوْتُ قَوْمِي لَيْلًا وَنَهَارًا فَلَمْ يَزِدْهُمْ دُعَائِي إِلَّا فِرَارًا وَإِنِّي كُلَّمَا دَعَوْتُهُمْ لِتَغْفِرَ لَهُمْ جَعَلُوا أَصَابِعَهُمْ فِي آَذَانِهِمْ وَاسْتَغْشَوْا ثِيَابَهُمْ وَأَصَرُّوا وَاسْتَكْبَرُوا اسْتِكْبَارًا ثُمَّ إِنِّي دَعَوْتُهُمْ جِهَارًا ثُمَّ إِنِّي أَعْلَنْتُ لَهُمْ وَأَسْرَرْتُ لَهُمْ إِسْرَارًا**﴾ [نوح 5 9]

هذه الصورة التي رسمها القرآن توضح جديه نوح عليه السلام في التعامل مع قومه في دعوتهم إلى الخير، ومدى إعراضهم عن الحق، ومدى الجهد والوقت الذي بذله نوح عليه السلام من أجل استنقاذ قومه، ومن جديته دعوته في الليل والنهار، في السر والعلانية، دون كملل أو ملل أويأس، ليرسم صورة الجدية في العمل من أجل تحقيق الأهداف النبيلة.

يقول سيد قطب: " هذا ما صنع نوح وهذا ما قال؛ عاد يعرضه على ربه وهو يقدم حسابه الأخير في نهاية الأمد الطويل وهو يصور الجهد الدائب الذي لا ينقطع: إني دعوت قومي ليلاً ونهاراً، ولا يمل ولا يفتر ولا ييئس أمام الإعراض والإصرار... ومع الدأب على الدعوة، وتحين كل فرصة، والإصرار على المواجهة ... اتبع نوح عليه السلام كل الأساليب فجهر بالدعوة تارة، ثم زاوج بين الإعلان والإسرار تارة: ثم إني دعوتهم جهاراً، ثم إني أعلنت لهم وأسررت لهم إسراراً "[3].

وهذا يبين مدى جدية نوح عليه السلام في دعوته إلى الله، فقد شغلت كل وقته وحياته، في الليل والنهار، في السر والعلن ، ورغم هذا الجهد العظيم قال تعالى : ﴿**وَمَا آمَنَ مَعَهُ إِلَّا قَلِيلٌ**﴾[هود: 40]

8 الإصلاح :

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح 65 / ص 49 / ك الإيمان / ب جامع أوصاف الإسلام

[2] - نزهة المتقين شرح رياض الصالحين / د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مستو، علي الشربجي، محمد أمين لطفي / ج1/ ص97

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3712

قال تعالى:﴿وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالِفَكُمْ إِلَى مَا أَنْهَاكُمْ عَنْهُ إِنْ أُرِيدُ إِلَّا الْأِصْلاحَ مَا اسْتَطَعْتُ ﴾ [هود: 88]

قال الشوكاني: " إن أريد إلا الإصلاح: أي ما أريد بالأمر والنهي إلا الإصلاح لكم ودفع الفساد في دينكم ومعاملاتكم ما استطعت: ما بلغت إليه استطاعتي وتمكنت منه طاقتي وما توفيقي إلا بالله : أي ما صرت موفقا هاديا نبيا مرشدا إلا بتأييد الله سبحانه وأقداري عليه ومنحي إياه عليه توكلت: في جميع أموري التي منها أمركم ونهيكم وإليه أنيب: أي أرجع في كل ما نابني من الأمور وأفوض جميع أموري إلى ما يختاره لي من قضائه وقدره"[1]

9 التعاون الايجابي:

قال تعالى: ﴿ وَالْعَصْرِ إِنَّ الْأِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ، إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾ [العصر:1 -3]

قال ابن عاشور: "إثبات نجاة وفوز الذين آمنوا وعملوا الصالحات والداعين منهم إلى الحق وعلى فضيلة الصبر على تزكية النفس ودعوة الحق ...وقل اشتمل قوله تعالى: ﴿ **وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر** ﴾ على إقامة المصالح الدينية كلها، فالعقائد الإسلامية والأخلاق الدينية مندرجة في الحق والأعمال الصالحة وتجنب السيئات مندرجة في الصبر .

والتخلق بالصبر ملاك فضائل الأخلاق كلها فإن الارتياض بالأخلاق الحميدة لا يخلو من حمل المرء نفسه على مخالفة شهوات كثيرة، ففي مخالفتها تعب يقتضي الصبرَ عليه حتى تصير مكارم الأخلاق ملكه لمن راض نفسه عليها "[2] .

ويقول تعالى:﴿ وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلا تَعَاوَنُوا عَلَى الْأِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ﴾ [المائدة: 2]

يقول ابن كثير:" يأمر تعالى عباده المؤمنين بالمعاونة على فعل الخيرات، وهو البر، وترك المنكرات وهو التقوى، وينهاهم عن التناصر على الباطل والتعاون على المآثم والمحارم"[3].

" أمرهم بالتعاون على البر والتقوى كائنا ما كان قيل : إن البر والتقوى لفظان لمعنى واحد وكرر للتأكد ... ثم نهاهم سبحانه عن التعاون على الإثم والعدوان فالإثم : كل فعل أو قول يوجب إثم فاعله أو قائله والعدوان: التعدي على الناس بما فيه ظلم فلا يبقى نوع من أنواع الموجبات للإثم ولا نوع من أنواع الظلم للناس الذين من جملتهم النفس إلا وهو داخل

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص519

[2] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج15/ ص528 - 534

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص 9

تحت هذا النهي لصدق هذين النوعين على كل ما يوجد فيه معناهما ثم أمر عباده بالتقوى وتوعد من خالف ما أمر به فتركه أو خالف ما نهى عنه ففعله بقوله : إن الله شديد العقاب "[1]
" إنها قمة في ضبط النفس؛ وفي سماحة القلب ولكنها هي القمة التي لا بد أن ترقى إليها الأمة المكلفة من ربها أن تقوم على البشرية لتهديها وترتفع بها إلى هذا الأفق الكريم المضيء إنها تبعة القيادة والقوامة والشهادة على الناس التبعة التي لا بد أن ينسى فيها المؤمنون ما يقع على أشخاصهم من الأذى ليقدموا للناس نموذجاً من السلوك الذي يحققه الإسلام، ومن التسامي الذي يصنعه الإسلام وبهذا يؤدون للإسلام شهادة طيبة؛ تجذب الناس إليه وتحببهم فيه "[2].

الخلاصة:

1- التفاؤل والرضا والإحسان والايجابية هي بعض سمات الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية .

2- الشخص السوي السوي ينظر إلى الحياة عامة بنظرة تفاؤل لا تشاؤم فيها، ولا ينظر إلى حياته بنظارة سوداء .

3- الشخص السوي يتقبل قدره، والابتلاءات والمحن والمعوقات التي تعترض حياته برضاً تام طمعاً في رحمة الله وبلوغ الجنة.

4- الشخص السوي يحسن للآخرين، ويقوم بكل ما يناط به بإتقان وحيوية ونشاط وجدية، يتحدى الصعاب ، يأمل النجاح والتفوق وتحقيق الأهداف، لا تتكسر له إرادة ولا تضعف له عزيمة، همته عاليه، وغاياته عظيمة، ووسائله نبيلة ، يدعو دائماً بدعاء موسى عليه السلام بقوله تعالى: ﴿ **رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي** ﴾ [طه:26]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص 7

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 2/ ص 839

الفصل الثالث

أساليب القرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان

وفيه أربع مباحث

المبحث الأول : عناية القرآن بالروح ومتعلقاتها.

المبحث الثاني : عناية القرآن بالجسد ومتعلقاته.

المبحث الثالث : عناية القرآن بالعقل ومتعلقاته.

المبحث الرابع : التوجيه القرآني لتحقيق الصحة النفسية

الفصل الثالث

أساليب القرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان

قال تعالى: ﴿ **فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدىً فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُون** ﴾ [البقرة: 38]

والهدى يعني كل ما جاء من عند الله من الرسل والكتب، فكأن الصراع والحرب والعداء قد كتبوا على المخلوقات جميعاً في الأرض، فجميعها في تنافس أو تناحر وصـــراع ، والبقــاء للأصـــلح والأقوى، ولكنه ليس الأصلح باعتبار الانسجام والتناغم مع ظروف الحياة، وإنما الأصلح باعتبار الأخذ بمنهج الله المتمثل في القرآن والسنة بأن يكون الإنسان عبداً صالحاً ، وخليفةً حقيقيــاً فـــي إعمار الكون، قال تعالى:﴿ **فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدىً فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلا يَضِلُّ وَلا يَشْقَى وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً** ﴾[طــه: 123 124]

أي: ومن خالف أمري، وما أنزلته على رسولي، أعرض عنه وتناساه وأخذ من غيره هداه فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا في الدنيا، فلا طمأنينة له، ولا انشراح لصدره، بل صدره ضيق حَرَج لضلاله، وإن تَنَعَّم ظاهره، ولبس ما شاء وأكل ما شاء، وسكن حيث شاء، فإن قلبه ما لم يخلص إلى اليقين والهدى، فهو في قلق وحيرة وشك، فلا يزال في ريبة يتردد فهذا من ضنك المعيشة "[1]

وسيتناول الباحث أساليب القرآن في تحقيق الصحة النفسية، والتي تنبثق من هدي الله في أربعــة مباحث وهي:

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير /ج3/ ص206

المبحث الأول: عناية القرآن بالروح ومتعلقاتها

وفيه مطلبان

المطلب الأول : عناية القرآن بالروح وتطهيرها

المطلب الثاني : عناية القرآن بمتعلقات الروح

المبحث الأول

عناية القرآن بالروح ومتعلقاتها

اهتم القرآن الكريم بروح الإنسان ومتعلقاتها ، تلك اللطيفة الربانية التي أودعها الله تعالى في الإنسان، فقام على تطهيرها وتزكيتها لتكون طائعة لله لتنعم بسعادة الدارين الدنيا ، والآخرة ووضع منهجاً واضحاً في توجيهها وتوجيه متعلقاتها، وسيتناولها الباحث في مطلبين:

المطلب الأول

عناية القرآن بالروح وتطهيرها

أولاً: عناية القرآن بالروح :

يقول تعالى: ﴿ **وَيَسْأَلونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلاً**﴾[الإسراء:85].

"الروح المسئول عنه قيل هو الروح المدبر للبدن الذي تكون به حياته"[1]

" لا نستطيع أن نفهم العوارض والانفعالات والأمراض النفسية ومسبباتها وانعكاساتها العضوية في الجسد وتأثير الروح والعقل سلباً أو إيجاباً في كل هذه المظاهر النفسية العضوية إلا إذا سلمنا، أن في الإنسان نفساً وعقلاً وروحاً، وأن الروح هي العلة الأولى، وسبب الحياة، هي الجوهر، وهي تتفاعل مع العقل والنفس تفاعلاً حميمًا، فيصدر عنها جميع الانفعالات والظواهر النفسية"[2]

قال ابن القيم: "بيان أن معنى الروح في القرآن على عدة أوجه:

أحدها: الوحي كقوله تعالى: ﴿ **وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحاً مِنْ أَمْرِنَا** ﴾ [الشورى: 52] وقوله تعالى:﴿ **يُلْقِي الرُّوحَ مِنْ أَمْرِهِ عَلَى مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ** ﴾ [غافر: 15]

وسمى الوحي روحا لما يحصل به من حياة القلوب والأرواح

الثاني: القوة والثبات والنصرة التي يؤيد بها من شاء من عباده المؤمنين كما قال ﴿**أولئك كتب في قلوبهم الإيمان وأيدهم بروح منه**﴾ [المجادلة :22]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني /ج 3/ ص 254

[2] - من علم النفس القرآني / د عدنان الشريف / ص43

الثالث: جبريل كقوله تعالى نزل به الروح الأمين على قلبك وقال تعالى﴿ **من كان عدوا لجبريل فإنه نزله على قلبك**﴾ [البقرة :97] وهو روح القدس قال تعالى ﴿**قل نزله روح القدس**﴾[النحل : 102]

الرابع: الروح التي سأل عنها اليهود فأجيبوا بأنها من أمر الله وقد قيل أنها الروح المذكورة في قوله تعالى: ﴿**يوم يقوم الروح والملائكة صفا لا يتكلمون** ﴾ [النبأ :38] وأنها الروح المذكور في قوله: ﴿ **تنزل الملائكة والروح فيها بإذن ربهم** ﴾ [القدر : 4]

الخامس: المسيح ابن مريم قال تعالى ﴿**إنما المسيح عيسى ابن مريم رسول الله وكلمته ألقاها إلى مريم وروح منه** ﴾ [النساء :171].

وأما أرواح بني آدم فلم تقع تسميتها في القرآن إلا بالنفس قال تعالى: ﴿ **يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ**﴾ [الفجر: 27] وقال تعالى: ﴿ **وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ**﴾[القيامة:2]

وقال تعالى: ﴿ **إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ** ﴾ [يوسف: 53] وقال تعالى : ﴿ **أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ**﴾[الأنعام: 93] وقال تعالى ﴿ **وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا**﴾ [الشمس:8] وقال تعالى : ﴿ **كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ**﴾[آل عمران: 185] وأما في السنة فجاءت بلفظ النفس والروح"[1]

وهذا ما ذكره الباحث أن النفس تأتي أحياناً بمعنى الروح بدليل قولة تعالى**:** ﴿ **اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً** ﴾ **[** الزمر: 42]

قال الصابوني مشيراً إلى ما ملت إليه :" ﴿**اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا**﴾ أي: يقبضها من الأبدان عند فناء آجالها وهي الوفاة الكبرى، ﴿ **وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا**﴾، أي**:** ويتوفى الأنفس التي لم تمت في منامها وهي الوفاة الصغرى، ﴿**فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ**﴾ أي **:**فيمسك الروح التي قضى على صاحبها الموت فلا يردها إلى البدن ﴿ **وَيُرْسِلُ الْأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً**﴾، أي: ويرسل الأنفس النائمة إلى أبدانها عند اليقظة إلى وقت محدود، هو أجل موتها"[2]

---

[1] - الروح / ابن القيم / ص199

[2] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج 3/ ص82

وأما قوله تعالى: ﴿ **فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ** ﴾[الحجر:29] وقوله:﴿ **ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُونَ** ﴾ [السجدة:9]

"والروح : جسم لطيف أجرى الله العادة بأن يخلق الحياة في البدن مع ذلك الجسم وحقيقته إضافة خلق إلى خالق فالروح خلق من خلقه أضافه إلى نفسه تشريفا وتكريما"[1]

يقول الباحث: ففي قولة تعالى : ﴿**وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي** ﴾ [الحجر: 29] ، وقوله تعالى: ﴿ **وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ**﴾ [السجدة:9]، الإضافة هنا إلى الله تقتضي التشريف والتكريم لبني آدم، وليس المقصد أن الروح صفة لله تعالى، وإنما هي كقولنا عن المسجد بيت الله فهي نسبة إلى الله بقصد التشريف والتعظيم للبيت. وهذا ما ذكره ابن القيم حيث قال : " قوله تعالى: ونفخت فيه من روحي أن المضاف إلى الله سبحانه نوعان:

الأول: صفات لا تقوم بأنفسها كالعلم والقدرة والكلام والسمع والبصر فهذه إضافة صفة إلى الموصوف بها فعلمه وكلامه وإرادته وقدرته وحياته وصفات له غير مخلوقة وكذلك وجهه ويده سبحانه

والثاني: إضافة أعيان منفصلة عنه كالبيت والناقة والعبد والرسول والروح فهذه إضافة مخلوق إلى خالقه ومصنوع إلى صانعه لكنها إضافة تقتضي تخصيصا وتشريفا يتميز به المضاف عن غيره كبيت الله وإن كانت البيوت كلها ملكا له وكذلك ناقة الله والنوق كلها ملكه وخلقه لكن هذه إضافة إلى إلهيته تقتضي محبته لها وتكريمه وتشريفه بخلاف الإضافة العامة إلى ربوبيته حيث تقتضي خلقه وإيجاده فالإضافة العامة تقتضي الإيجاد والخاصة تقتضي الاختيار وإضافة الروح إليه من الإضافة الخاصة لا من العامة ولا من باب إضافة الصفات "[2]

يقول الباحث :وهذا يبين مدى عناية القرآن بالروح واهتمامه بها، وتكريمه للإنسان بهذه الروح، تلك اللطيفة الربانية التي فضل الله بها الإنسان عن سائر المخلوقات لقولة تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً**﴾[الإسراء:70].

---

[1] - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج5 / ص386

[2] - الروح / ابن القيم / ص200

وتمثل الروح في الإنسان الأساس الذي منه ينطلق الإنسان إلى فعل الخير، أو اقتراف الشر، فإذا صلحت الروح صلح الإنسان، وإذا فسدت الروح فسد الإنسان يقول النبي ﷺ: **(ألا إن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله ، وإذا فسدت فسد الجسد كله إلا وهي القلب)**[1].

لذا كانت عناية واهتمام القرآن الكريم بهذه الروح وتوجيهها إلى ما يصلح حالها، ويرتقي بها ويزكيها، وتطهيرها من الرذائل والموبقات، التي هي بمثابة فيروسات مرضية قاتلة للروح، فأرسل الله لها الرسل، وأنزل من أجل هدايتها وصلاحها الكتب السماوية، ورسم لها طريق الفلاح والنجاح في الدنيا والآخرة،

فقال تعالى: ﴿ **فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى** ﴾ [طه:123 124]

ثانياً :تطهير الروح:

أي بمعنى تنمية الروح وتزكيتها.

يقول الباحث : وقد استخدم القرآن وسائل عديدة لتنمية الروح وتزكيتها ومنها:

1 - ربط الإنسان بخالقة وتقوية الجانب الروحي بالإيمان بالله ، حيث أن القرآن الكريم يدعو الإنسان إلى الإيمان بالله تعالى ، وهذا ما دعا إلية نوح عليه السلام قومه قرونا ، قال تعالى: ﴿ **لَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ** ﴾[الأعراف: 59]

"إن التركيز في كل رسالة كان على أمر واحد: هو تعبيد الناس كلهم لربهم وحده - رب العالمين - ذلك أن هذه العبودية لله الواحد، ونزع السلطان كله من الطواغيت التي تدعيه، هو القاعدة التي لا يقوم شيء صالح بدونها في حياة البشر" [2]

وقال تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحًا إِلَى قَوْمِهِ فَلَبِثَ فِيهِمْ أَلْفَ سَنَةٍ إِلَّا خَمْسِينَ عَامًا**﴾[العنكبوت: 14]، فقد حاول نوح عليه السلام ربط قومه بخالقهم في ألف سنة إلا خمسين عاماً، يأمرهم بالصلة بالله بالطاعة والتقوى كما قال تعالى: ﴿ **إِنَّا أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ أَنْ أَنْذِرْ قَوْمَكَ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ، قَالَ يَا قَوْمِ إِنِّي لَكُمْ نَذِيرٌ مُبِينٌ أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاتَّقُوهُ وَأَطِيعُونِ**﴾ [نوح:1 -3]، وهو ما دعا إلية رسولنا الكريم في أول الدعوة في الفترة المكية ما يقرب من ثلاثة عشر عاماً، وهو دعوة الناس إلى الإيمان بالله وتوحيده، فالإيمان بالله يزكي الروح و يطهرها وينميها، ويملأها أمناً وطمأنينة، ويدخل السعادة والرضا إليها.

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح 52/ ج 1/ ص 23/ ك الإيمان/ ب من استبرأ لدينه

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3 / ص1306

2 تقوية الوازع الديني، واستشعار ديمومة رقابة الله في كل صغيرة وكبيرة، في السر والعلن، قال تعالى: ﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ وَلا خَمْسَةٍ إِلَّا هُوَ سَادِسُهُمْ وَلا أَدْنَى مِنْ ذَلِكَ وَلا أَكْثَرَ إِلَّا هُوَ مَعَهُمْ أَيْنَ مَا كَانُوا** ﴾ [المجادلة: 7] "قال تعالى مخبرًا عن إحاطة علمه بخلقه واطلاعه عليهم، وسماعه كلامهم، ورؤيته مكانهم حيث كانوا وأين كانوا، يطلع عليهم ويسمع كلامهم وسرهم ونجواهم، ورسله أيضًا مع ذلك تكتب ما يتناجون به، مع علم الله وسمعه لهم وقيل أن المراد بهذه الآية معية علم الله تعالى ولا شك في إرادة ذلك ولكن سمعه أيضا مع علمه محيط بهم، وبصره نافذ فيهم، فهو، سبحانه، مطلع على خلقه، لا يغيب عنه من أمورهم شيء"[1].

3 التشجيع على أداء العبادات والطاعات بروحها لا بطقوسها وحركاتها فقط، فقال تعالى:

﴿ **قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلاتِهِمْ خَاشِعُون** ﴾ [المؤمنون:1 2]

يقول سيد قطب: "فهي سورة المؤمنون أو هي سورة الإيمان، بكل قضاياه ودلائله وصفاته وهو موضوع السورة ومحورها الأصيل ... ويمضي سياق السورة بتقرير الفلاح للمؤمنين: ويبين صفات المؤمنين هؤلاء الذين كتب لهم الفلاح... الذين تستشعر قلوبهم رهبة الموقف في الصلاة بين يدي الله فتسكن وتخشع فيسري الخشوع منها إلى الجوارح والملامح والحركات ويغشى أرواحهم جلال الله في حضرته، فتختفي من أذهانهم جميع الشواغل، ولا تشتغل بسواه وهم مستغرقون في الشعور به مشغولون بنجواه ويتوارى عن حسهم في تلك الحضرة القدسية كل ما حولهم وكل ما بهم، فلا يشهدون إلا الله، ولا يحسون إلا إياه، ولا يتذوقون إلا معناه ويتطهر وجدانهم من كل دنس، وينفضون عنهم كل شائبة؛ فما يضمون جوانحهم على شيء من هذا مع جلال الله عندئذ تتصل الذرة التائهة بمصدرها، وتجد الروح الحائرة طريقها، ويعرف القلب الموحش مثواه وعندئذ تتضاءل القيم والأشياء والأشخاص إلا ما يتصل منها بالله"[2] .

يقول الباحث: فالقرآن لا يريد من الإنسان أي صلاة؛ مجرد صلاة كحركات وأعمال بدنية رياضية، وإنما الصلاة التي يخشع فيها القلب، وتخضع لها الجوارح، ويتواضع فيها الإنسان إلى ربه، والتي تزجره عن فعل المنكرات والفواحش ما ظهر منها وما بطن، قال تعالى: ﴿ **وَأَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ** ﴾ [العنكبوت: 45]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4/ ص 392

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص2452

فترتقي الروح وتسمو بالصلاة ذات الخشوع والخضوع، ولكي تزداد الروح سمواً وارتقاءً،ربط القرآن الإنسان بالمسجد لأداء الصلاة فيها لتأنس الروح بمن حولها من المصلين المقبلين على ربهم، فقال تعالى: ﴿ **فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ رِجَالٌ لا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ** ﴾[النور: 36 37]، وكذا في كل العبادات والفرائض كما في الصوم والزكاة والحج ...الخ.

4 ربط الإنسان بالقرآن الكريم تلاوة وحفظاً وسماعاً وفهماً وتطبيقاً، قال تعالى: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرّاً وَعَلانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَنْ تَبُور** ﴾ [فاطر:29] بمعنى ﴿ **يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ**﴾ أي: يستمرون على تلاوته ويداومونها والكتاب هو القرآن الكريم"[1]

وامتدح القرآن الذين يتلون كتاب الله بالإيمان به، فقال : ﴿ **الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلاوَتِهِ أُولَئِكَ يُؤْمِنُونَ بِهِ**﴾ [البقرة: 121]

وجاءت السنة المطهرة بالعديد من الأحاديث التي ترغب في تلاوة القرآن، وأجر وثواب القارئ للقرآن، والارتقاء بروح المؤمن إلى مكانته في درجات الجنة ومنها قوله ﷺ : **(من قرأ حرفاً من كتاب الله، فله بكل حرف حسنه، والحسنه بعشر أمثالها، لا أقول ألف لام ميم حرف، ولكن ألف حرف ولام حرف، وميم حرف)**[2]، وقوله: **(يقال لقارئ القرآن يوم القيامة اقرأ وارتق ورتل، فإن منزلتك عند آخر آية تقرؤها)**[3].

وهذا يدفع الإنسان إلى الإكثار من التلاوة، طمعاً في الأجر، وأملاً في بلوغ الدرجات العلى من الجنة، وكلما قرأ الإنسان من القرآن أكثر ازداد تعلقه به أكثر وزكت روحه، وكلما تفكر فيه ازداد معرفة.

5 الحث على ديمومة ذكر الله عز وجل والإكثار منها لما فيها من حياة للروح ، قال النبيﷺ: **(مثل الذي يذكر ربه والذي لا يذكره كمثل الحي والميت)**[4]

وقد أراد الله للمؤمنين أن يتميزوا عن المنافقين بكثرة الذكر والدوام علية فقال للمؤمنين:

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج4/ ص 348

[2] - سنن الترمذي/ ح2910/ ص 22/ ج5/ ب أبواب ثواب القرآن، وما جاء فيمن قرأ حرفاً من القرآن/ حسن صحيح

[3] - المرجع السابق / ح2914/ ج 5/ ص 24/ ب أبواب ثواب القرآن/ حسن صحيح

[4] - صحيح البخاري/ البخاري/ ح6407 / ج 4 / ص20/ ك الدعوات / ب فضل ذكر الله

﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً**﴾ [الأحزاب:41]، فلم يجعل الله للذكر حداً معلوما ولا وقتاً معلوماً، وعندما ذكر المنافقين وصف حالهم بأنهم لا يذكرون الله إلا قليلاً فقال تعالى: ﴿ **إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاؤُونَ النَّاسَ وَلا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلاً**﴾ [النساء:142] "أي: لا يذكرونه سبحانه إلا ذكراً قليلاً أو لا يصلون إلا صلاة قليلة ووصف الذكر بالقلة لعدم الإخلاص أو لكونه غير مقبول أو لكونه قليلا في نفسه لأن الذي يفعل الطاعة لقصد الرياء إنما يفعلها في المجامع ولا يفعلها خاليا كالمخلص"[1]

6 استمرارية الحاجة إلى الله واللجوء إلية في كل الملمات في السراء والضراء ﴿ **وَإِذَا مَسَّ الْأِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنْبِهِ أَوْ قَاعِداً أَوْ قَائِماً** ﴾ [يونس: 12] "يخبر تعالى عن الإنسان وضجره وقلقه إذا مسه الضر، وذلك لأنه إذا أصابته شدة قلق لها وجزع منها، وأكثر الدعاء عند ذلك، فدعا الله في كشفها وزوالها عنه في حال اضطجاعه وقعوده وقيامه، وفي جميع أحواله، فإذا فرج الله شدته وكشف كربته، أعرض عنه وذهب كأنه لم يصبه شيء"[2] كمثل قوله تعالى:﴿ **وَمَا بِكُمْ مِنْ نِعْمَةٍ فَمِنَ اللَّهِ ثُمَّ إِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فَإِلَيْهِ تَجْأَرُون** ﴾ [النحـ :53]

ولجوء الإنسان إلى ربة يطهر الروح من كل شائبة، طلباً لتفريج ما أصابها من كرب، لتعلقها بأن الله هو الذي يكشف الضر ويجيب المضطر ﴿ **أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلاً مَا تَذَكَّرُون** ﴾ [النمل: 62] "والاضطرار افتعال من الضرورة وهي الحالة المحوجة إلى اللجأ، والمضطر الذي أحوجه مرض أو فقر أو نازلة من نوازل الدهر إلى اللجأ والتضرع إلى الله، أو المذنب إذا استغفر أو المظلوم إذا دعا، أو من رفع يديه ولم ير لنفسه حسنة غير التوحيد وهو منه على خطر وَيَكْشِفُ السُّوءَ أي الضر أو الجور"[3] .

ومن هنا يرى الباحث أن كثرة الدعاء واللجوء إلى الله تنمي الروح وتزكيها وتسمو بها، وتربطها بخالقها فتطمئن وتسكن وتستقر فتحقق الصحة النفسية.

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص 529

[2] تفسير ابن كثير / ج 2/ ص 538

[3] - تفسير النسفي / النسفي /ج 3 / ص218

المطلب الثاني

عناية القرآن بمتعلقات الروح

أولاً : عناية القرآن بالقلب وتزكيته:

أن القرآن الكريم اعتنى بالقلب اعتناءً عظيماً، حيث جعله محلاً للإيمان، والهدايـه، والسكينة، والفهم، والإدراك، والحب والكرة، والرأفة والرحمة .

فالقلب محل الإيمان لقوله تعالى:﴿ **الَّذِينَ قَالُوا آمَنَّا بِأَفْوَاهِهِمْ وَلَمْ تُؤْمِنْ قُلُوبُهُمْ** ﴾[المائدة: 41] "أي: أظهروا الإيمان بألسنتهم، وقلوبهم خراب خاوية منه، وهؤلاء هم المنافقون "[1]

ولقوله تعالى:﴿ **قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْأِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ**﴾ [الحجرات: 14] "إذ الإيمان تصديق مع ثقة وطمأنينة قلب ولم يحصل لكم"[2].

فالإيمان مكانه القلب وليس مجرد كلمات تجري على الألسن فقط .

والقلب محل الهداية لقوله تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ**﴾[التغابن: 11]

والقلب محل السكينة لقوله تعالى:﴿ **هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَاناً مَعَ إِيمَانِهِمْ**﴾ [الفتح: 4]

والقلب محل للفهم والفقه لقوله تعالى: ﴿ **لَهُمْ قُلُوبٌ لا يَفْقَهُونَ بِهَا**﴾ [الأعراف: 179]

وقوله: ﴿ **أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا**﴾ [محمد:24]، وقوله: ﴿ **إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ**﴾ [قّ:37]

والقلب محل العقل والإدراك لقوله تعالى: ﴿ **فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا**﴾[الحج: 46]

والقلب محل الحب والكراهية لقوله تعالى: ﴿ **وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْأِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ** ﴾ [الحجرات: 7]

والقلب محل للرأفة والرحمة لقوله تعالى: ﴿ **وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً** ﴾ [الحديد: 27]

وقد اعتبر القرآن الكريم أن القلب هو محل نظر الله ﷻ لقوله تعالى: ﴿ **إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ**﴾ **[** الشعراء:89]، وقولة: ﴿ **إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ**﴾[الصافات:84] ، ولقول النبيﷺ :

(إن الله لا ينظر إلى صوركم وأجسامكم ولكن إلى قلوبكم وأعمالكم)[3]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2 / ص 81

[2] - تفسير البيضاوي / البيضاوي / ج 2 / ص418

[3] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح6437/ ص1270/ ك البر/ ب تحريم ظلم المسلم

والقلب محل العواطف المختلفة:

فالقلب محل الخوف والرعب يقول تعالى: ﴿ **سَنُلْقِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ** ﴾ [آل عمران: 151] ويقول:﴿ **قُلُوبٌ يَوْمَئِذٍ وَاجِفَةٌ**﴾[النازعات:8]

ومحل للألفة والمحبة: قال تعالى: ﴿ **وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ**﴾[الأنفال:63]

1 - أنواع القلوب:

ذكر القرآن الكريم ثلاثة أنواع من القلوب وهي: القلوب السليمة، والقلوب السقيمة، والقلوب المؤلفة.

النوع الأول :القلوب السليمة:

يقول تعالى:﴿ **يَوْمَ لا يَنْفَعُ مَالٌ وَلا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ**﴾[الشعراء:88 89]

"أي لا ينفعان أحدا إلا مخلصا سليم القلب عن الكفر وميل المعاصي وسائر آفاته"[1]

يرى الباحث أن سلامة القلب في صلاحه، وأن القلب السليم هو القلب الممتلئ بالإيمان، وهو القلب العامر بطاعة ربة، الخالي من الكبر والغش والرياء والظلم والحقد والضغينة والبغضاء، فهو قلب مشرق ومتلألئ بنور الهداية والرشاد، لا يأمر صاحبه إلا بكل خير، ويحجبه عن كل شر، هذا القلب هو قلب المؤمن المخبت التقي النقي، وهو القلب الذي: يعظم شعائر الله وأوامره:﴿ **وَمَنْ يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ**﴾ [الحج: 32]

أي: أوامره، فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ ومن ذلك تعظيم الهدايا والبدن"[2]

وهو القلب الذي يخشى الله ، ويخاف لقاء الله ، لقوله تعالى:﴿ **يَخَافُونَ يَوْماً تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ**﴾ [النور: 37]

وهو القلب السليم من الغل والكراهية، فهو عامر بالإيمان بالله، والحب للمؤمنين، يدعو لهم بالخير والمغفرة لقوله تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾ [الحشر:10]

وهو القلب الداعي بديمومة الهداية وعدم الزيغ فيدعو ربه قائلاً: ﴿ **رَبَّنَا لا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا**﴾ [آل عمران: 8]

---

[1] - تفسير البيضاوي / البيضاوي / ج 2/ ص158

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص268

وهو القلب الذي يتأثر بآيات الله ويستجيب لها: قال تعالى:﴿ **أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُــوا أَنْ تَخْــشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ**﴾[الحديد: 16].

وهو القلب الذي يوجل بذكر بالله، قال تعالى : ﴿ **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّــهُ وَجِلَــتْ قُلُوبُهُمْ** ﴾ [الأنفال: 2]

ويرى الباحث أن القلب هو مكان الألم والسعادة في حياة الإنسان لقول النبــيﷺ **: (ألا إن في الجسد لمضغه إذا صلحت صلح سائر الجسد ، وإذا فسدت فسد الجسد كله، إلا وهي القلب)**[1] فإذا كان القلب صالحاً، ينعم بالأمن والطمأنينة، فتصلح به سائر الجوارح فتطيب وتهنأ به، وظهر ذلك عليها ، وينعم القلب بالصحة النفسية، وهذا هو القلب السعيد.

والصحة النفسية تتحقق في سعادة القلب، وإن القلوب السليمة هي القلوب السعيدة التــي يزينهــا الإيمان، وتعمرها التقوى، وتملأها المحبة، وهذه هي القلوب المتنعمة بالصحة النفسية.

وهذه القلوب أنعم الله عليها بالألفة والمحبة، قال تعالى: ﴿ **وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِــي الْأَرْضِ جَمِيعاً مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ** ﴾ [الأنفال: 63] .

وهي القلوب التي تستحق أن تُسكب السكينة والطمأنينة فيها، فتكون محلاً لنعمة الله تعالى القائ :

﴿ **هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَاناً مَعَ إِيمَانِهِمْ** ﴾ [الفتح: 4]

وهي القلوب التي تنعم بالطمأنينة بذكرها لربها المنعم لقوله تعالى: ﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَــئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28]

هذه القلوب هي التي اختبرها الحق سبحانه بتقواه وخشيته لقوله تعالى: ﴿ **أُولَئِكَ الَّذِينَ امْــتَحَنَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ لِلتَّقْوَى**﴾ [الحجرات: 3].

وهي القلوب التي يُشفي الحق غليلها بنصرها على عدوه وعدوها فقال تعالى:﴿ **وَيُــذْهِبْ غَــيْظَ قُلُوبِهِمْ** ﴾ [التوبة: 15].

وهي القلوب المخبتة لربها بإنعامه عليها بالهداية إلى سبيل الخير والرشاد والحق، قال تعالى:

﴿ **وَلِيَعْلَمَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ أَنَّهُ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَيُؤْمِنُوا بِهِ فَتُخْبِتَ لَهُ قُلُوبُهُمْ وَإِنَّ اللَّهَ لَهَادِ الَّذِينَ آمَنُوا إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ**﴾[الحج:54]

ولو نقبنا عن سبب هذه السعادة والألفة والطمأنينة والسكينة والهداية التي تتمتع بها هذه القلوب، لوجدنا أنه الإيمان لقوله تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ** ﴾[التغابن: 11].

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح 52/ ج1/ ص23/ ك الإيمان/ ب من استبرأ لدينه

فالإيمان بالله يهد القلب، وقلوب المؤمنين هي التي تطمئن بذكر الله، قال تعالى:﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28].

والسكينة لا تنزل إلا في القلوب المؤمنة لقوله تعالى:﴿ **هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَاناً مَعَ إِيمَانِهِمْ**﴾ [الفتح: 4] .

فبذلك يكون الإيمان هو سبب هذه السعادة بالهداية والاطمئنان والسكينة، وتحقيق الصحة النفسية

النوع الثاني:القلوب السقيمة :

يقول تعالى:﴿ **فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضاً** ﴾ [البقرة: 10]

"المرض: حالة خارجة عن الطبع ضارة بالفعل، وعند الأطباء ما يقابل الصحة وهي الحالة التي تصدر عنها الأفعال سليمة، والمراد من الأفعال ما هو متعارف ... وعلى ضعف القلب وفتوره ما يعرض المرء مما يخل بكمال نفسه كالبغضاء والغفلة وسوء العقيدة والحسد وغير ذلك من موانع الكمالات المشابهة لاختلال البدن المانع عن الملاذ والمؤدية إلى الهلاك الروحاني الذي هو أعظم من الهلاك الجسماني"[1]

يقول الباحث: والقلوب السقيمة هي القلوب التي يسيطر عليها الهوى والشيطان، والتي لا تعرف إلى الخير سبيلاً، ولا تهتدي إلى نور الإيمان ، بل هي قلوب شريرة تقترف الآثام وتنغمس في الشهوات، وتهوى الانحراف والزيغ، فتعيش في الظلمة والضلال، فهي لا تعرف معروفاً ولا تنكر منكراً ، همها الشهوات والشبهات ، فتصبح مريضةً بأمراض تضنيها وتشقيها فيزداد مرضها، قال تعالى: ﴿ **فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضاً** ﴾ [البقرة:10]

ويرى الباحث أن القرآن الكريم وصف القلب المريض بأوصاف كثيرة وهي:

1 - **القلب الغليظ:** قال تعالى: ﴿ **وَلَوْ كُنْتَ فَظّاً غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ**﴾[آل عمران: 159]

2 - **القلب المجرم :** قال تعالى: ﴿ **كَذَلِكَ نَسْلُكُهُ فِي قُلُوبِ الْمُجْرِمِينَ** ﴾ [الحجر:12]

3 - **القلب الأعمى :** قال تعالى: ﴿ **وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ**﴾[الحج: 46]

4 - **القلب الخائف المرعوب:** قال تعالى: ﴿ **قُلُوبٌ يَوْمَئِذٍ وَاجِفَةٌ**﴾ [النازعات:8]

5 - القلب **القاسي:** قال تعالى: ﴿ **فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً** ﴾[المائدة: 13] ويقول تعالى: ﴿ **لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ وَالْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ**﴾ [الحج: 53]

---

[1] - تفسير الألوسي / الألوسي / ج1 / ص 148،149

6 - **القلب الزائغ:** قال تعالى: ﴿ **فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ** ﴾ [آل عمران: 7]

7 - **القلب المشمئز**: قال تعالى: ﴿ **وَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ** ﴾ [الزمر: 45]

8 - **القلب المرتاب:** قال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا يَسْتَأْذِنُكَ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ**﴾ [التوبة: 45]

9 - **القلوب المنكرة:** لقوله: ﴿ **فَالَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُنْكِرَةٌ** ﴾[النحل: 22]

10 - **القلوب اللاهية:** قال تعالى: ﴿ **لاهِيَةً قُلُوبُهُمْ**﴾[الأنبياء: 3]

11 - **القلوب الغُلف:** قال تعالى: ﴿ **وَقَالُوا قُلُوبُنَا غُلْفٌ**﴾[البقرة: 88]

ويرى الباحث أن أسباب أمراض هذه القلوب وسقمها تجمعها أمراض الشهوة أو أمراض الشبهة أو كلاهما معاً، وأن هذه القلوب يعيش أصحابها في ضنك وشقاء وتعاسة، وقد عالج القرآن الكريم هذه الأمراض، وبَين ما يُذهب مرض الشبهة بالآيات البينات والأدلة والبراهين التي توضح الحق والباطل وتُزيل أي إشكال أو إلباس أوشك، وبَين ما يُذهب الشهوة بالترغيب والترهيب والزهد في الدنيا الفانية ، والإقبال على الآخرة الباقية،، وضرب الأمثلة وقص القصص اعتناءً بالقلب، ومن أجل شفاء القلوب من أمراض الشبهة والشهوة، فالقلب بسلامته يصح الجسد، وبمرضه يفسد الجسد لقول النبيﷺ **: (ألا إن في الجسد لمضغه إذا صلحت صلح سائر الجسد ، وإذا فسدت فسد الجسد كله، إلا وهي القلب)**[1].

فينعكس ذلك على الصحة النفسية، فتنحدر إلى أدنى مستوياتها بسبب هذا القلب الشقي، والآلام التي تصيب القلب هي آلام نفسية وهي:

1 - **الحسرة في القلب:** لقوله:﴿ **لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ**﴾ [آل عمران:156]

2 - **الطبع على القلب:** لقوله:﴿ **كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الَّذِينَ لا يَعْلَمُونَ** ﴾ [الروم:59]

3 - **الأكنه على القلب:** لقوله: ﴿ **وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ** ﴾[الأنعام: 25]

4 - **النفاق في القلب:** قال تعالى: ﴿ **فَأَعْقَبَهُمْ نِفَاقاً فِي قُلُوبِهِمْ إِلَى يَوْمِ يَلْقَوْنَهُ** ﴾ [التوبة: 77]

---

[1] - صحيح البخاري/ الإمام البخاري/ ح 52/ ج1/ ص23/ ك الإيمان/ ب من استبرأ لدينه

5 - **الريبة في القلب:** قال تعالى: ﴿ **لا يَزَالُ بُنْيَانُهُمُ الَّذِي بَنَوْا رِيبَةً فِي قُلُوبِهِمْ_ إِلَّا أَنْ تَقَطَّعَ قُلُوبُهُمْ** ﴾ [التوبة: 110]

6 - **صرف القلب:** قال تعالى: ﴿ **ثُمَّ انْصَرَفُوا صَرَفَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ** ﴾[التوبة: 127]

7 **الطمس والشدة على القلب:** قال تعالى: ﴿ **رَبَّنَا اطْمِسْ عَلَى أَمْوَالِهِمْ وَاشْدُدْ عَلَى قُلُوبِهِمْ**﴾ **[** يونس: 88]، وقال تعالى: ﴿ **بَلْ قُلُوبُهُمْ فِي غَمْرَةٍ**﴾ [المؤمنون: 63]

8 - **قذف الرعب في القلب:** قال تعالى: ﴿ **وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرُّعْب** ﴾[الأحزاب: 26] ، وقال: ﴿ **حَتَّى إِذَا فُزِّعَ عَنْ قُلُوبِهِمْ** ﴾ [سبأ: 23] ، قال تعالى: ﴿ **وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِر** ﴾ [الأحزاب: 10] قال تعالى: ﴿ **وَأَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى الْحَنَاجِرِ كَاظِمِينَ** ﴾ [غافر: 18]

9 - **زيغ القلب: قال تعالى:** ﴿ **فَلَمَّا زَاغُوا أَزَاغَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ** ﴾[الصف: 5]

وهكذا قلوب تعيش في شقاء وتعاسة مهما ملكت من حطام الدنيا، ولا يمكن بحال أن تنعم بالصحة النفسية، لأن من أهم وأبرز علامات تحقيق الصحة النفسية طمأنينة القلب لقوله:

﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28]

النوع الثالث: القلوب المؤلفة:

يقول تعالى**:** ﴿ **وَالْمُؤَلَّفَةِ قُلُوبُهُمْ** ﴾[التوبة: 60]

وسهم المؤلفة قلوبهم "ليسلموا أو يثبت إسلامهم أو يسلم نظراؤهم أو يذبوا عن المسلمين"[1].

ويرى الباحث : أن القلوب المؤلفة هي القلوب التي لم تؤمن بعد، وهي التي يتألفها الإسلام لتعتنق الدين الإسلامي، وذلك بأن جعل الإسلام لأصحاب هذه القلوب حقاً في زكاة المال لاستمالة قلوبهم وتحفيزهم على دخولهم في هذا الدين العظيم، ويتعرفوا من خلال هذا السهم من مصارف الزكاة على أخلاق المسلمين وعباداتهم ومعاملاتهم، فتميل قلوبهم للإيمان

2 - تزكية القلب :

وتزكية القلب تكون بطهارة القلب مما علق به من الران ﴿ **كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُون** ﴾ [المطففين:14] أي:"غلب على قلوبهم فغشيها ما كانوا يكسبون من المعاصي فهو كالصدأ "[2]

---

[1] - تفسير الجلالين / جلال الدين محمد بن أحمد المحلي، وجلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي / ص195 / مكتبة منصور /ط1 /2003م

[2] - نفس المرجع / ص580

وكذلك بتنقيتها من الكبر والرياء والعجب، وتخليصها من أمراض الغل والحسد والضغينة التي تفتك بالقلب، وتذهب ببهائه ونوره لذا كان من دعاء التابعين :﴿ **وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾[الحشر:10] .

ثم تزكيه القلب بغرس بذور الخير والصلاح فيه ، وهذا يتأتى بالأعمال الصالحة والنافعة، وتحليته بالأخلاق الحسنه، والطاعات، وتزيينه بالعبادات القلبية كالتوكل على الله،والتقوى، والرضا بقضاء الله وقدره، والعفة، والزهد في الدنيا وزخرفها، فإن التعلق بالدنيا والمعاصي هو الذي يحرف القلوب عن طريق النور والهداية.

3 - أساليب تزكية القلب :

وجد الباحث أساليب كثيرة ومتنوعة ذكرها القرآن الكريم لتزكية القلب، وبينتها السنة النبوية، وهي تقوم على الطاعات والأعمال الصالحة جميعها؛ والطاعات ضرورية لحياة القلب كضرورة الغذاء والماء لحياة الجسم، وأن الذنوب والآثام هي سبب فساد القلب وخرابه، كما أن الأطعمة الفاسدة والضارة سبب فساد الجسم ومرضه .

والإنسان إذا أصاب جسده مرض أو عله أسرع للطبيب طلباً للعلاج، وكذلك إذا أصاب القلب فساد أو سقم بسبب الخطايا والآثام، وجب علية أن يبادر في علاج قلبه وتنقيته من الران الذي أصابه ، وهذا يحتاج إلى تطهير القلب وتزكيته، ومن أساليب تزكية القلب في القرآن:

أ - **الإيمان بالله**:

إقراراً باللسان وتصديقاً بالجنان، وعملاً بالجوارح قال تعالى: ﴿**وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْأِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ أُولَئِكَ هُمُ الرَّاشِدُون** ﴾ [الحجرات: 7] "واختيار الله لفريق من عباده، ليشرح صدورهم للإيمان، ويحرك قلوبهم إليه، ويزينه لهم فتهفو إليه أرواحهم، وتدرك ما فيه من جمال وخير، هذا الاختيار فضل من الله ونعمة، دونها كل فضل وكل نعمة حتى نعمة الوجود والحياة أصلاً، تبدوا في حقيقتها أقل من نعمة الإيمان وأدنى!"[1]

ب - الإكثار من ذكر الله:

وذلك بكثرة ذكره في كل وقت وعلى كل حال، لتسكن الطمأنينة في القلب قال تعالى:
﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [الرعد:28]

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3342

فالذكر يجلو القلوب ويصقلها، وكلما ازداد الإنسان ذكراً ازداد أنسه بالله، وازداد ذكر الله لـــه في الملأ الأعلى قال تعـــالى: ﴿ **فَـــاذْكُرُونِي أَذْكُـــرْكُمْ وَاشْـــكُرُوا لِـــي وَلا تَكْفُـــرُونِ**﴾[البقرة:152] "فاذكروني أيها المؤمنون بطاعتكم إياي فيما آمركم به وفيما أنهاكم عنه، أذكرْكم برحمتي إياكم ومغفرَتي لكم"[1].

وإذا توافق القلب واللسان علي الذكر وجد الإنسان حلاوة الإيمان ، ونسي ما بـــة مـــن آلام، وانشغل بذكر الله عمن سواه.

والإكثار من الذكر يطرد وسوسة الشيطان ويذهب الغم والهم، ويجلـــب الـــسعادة والـــسرور للقلب، وينير الوجه، ويقوي الجوارح.

والإكثار من الذكر يشغل القلب عن الاشتغال بآفات اللسان من الغيبة والنميمة وفحش الكـــلام والكذب والسخرية والاستهزاء وغيره، ويبقى اللسان رطباً بذكر الله.

فالذكر شفاء للقلب ومذهب للحزن والهم والغم، والذكر يكون بالقلب أو باللسان، وذكر القلب أفضل من ذكر اللسان، والأفضل أن يوافق القلب اللسان.

ج **- تلاوة القرآن الكريم وتدبر آياته وحفظه:**

قال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُـــهُ زَادَتْهُمْ إِيمَاناً وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُون** ﴾[الأنفال:2]، وتلاوة القرآن هي أفضل أنواع الذكر ، فالقرآن هو كلام الله المنزل على رسوله محمد بواسطة الوحي جبريل ،وقد تضمن القـــرآن أدويه وعلاجاً لشفاء القلوب وسلامتها فقال تعالى: ﴿ **وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَـــا هُـــوَ شِـــفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِين** ﴾[الإسراء: 82]، وقال:﴿ **يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ**﴾ **[يونس: 57]، وقال:** ﴿ **وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآناً أَعْجَمِيّـــاً لَقَـــالُوا لَوْلا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ أَأَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدىً وَشِفَاءٌ** ﴾ [فصلت: 44]

وقد أكرم الله أهل فلسطين بالمجاهدين الذين يحفظون القرآن الكريم،فـــصمدوا فـــي حـــرب الفرقان فكانت الصفوف المتقدمة تالية وحافظة للقرآن الكريم، وقد أكرمهم بتخـــريج خمـــسة آلاف حافظ قبل حرب الفرقان بخمسة أشهر في مخيمات تاج الوقار القرآنيـــة، ممـــا ثبـــت القلوب وببركتهم وبركة دعائهم بالنصر للمجاهدين أكرم الله أهل غزة بالثبات والنصر، بـــل كان من المجاهدين من شارك في مخيمات تاج الوقار القرآنية فأتم حفظه للقرآن ومنهم مـــن حفظه في مراكز التحفيظ المسجدية.

---

[1] - جامع البيان / الطبري / ج1 / ص779

د - **تعظيم شعائر الله:**

قال تعالى: ﴿ **ذَلِكَ وَمَنْ يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ**﴾[الحج:32]

هـ - **الولاء لله** :

ويكون بنصرة دينه، والبراءة من كل من يعادي الله ورسوله والمؤمنين، ﴿ **لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْأِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ**﴾[المجادلة:22] وهو حب من يحبهم الله ورسوله والمؤمنون، ومعاداة من يبغضهم الله ورسوله والمؤمنون، وهذا يوجه القلب باتجاه واحد لا تنازعه الولاءات فتشقيه قال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا** ﴾ [المائدة: 55].

و **الإخلاص** :

يقول النبي ﷺ:(**إن الله لا ينظر إلى صوركم وأجسامكم ، ولكن إلى قلوبكم وأعمالكم**)[1]

ويكون بإفراد القلب لله بالتوحيد والطاعات والتجرد لله وتنقيته من الرياء يقول تعالى:

﴿ **فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلاً صَالِحاً وَلا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَداً**﴾ **[** الكهف: 110**]**

أي: "فَلْيَعْمَلْ عَمَلا صَالِحًا أي خالصاً لا يريد به إلا وجه ربه ولا يخلط به غيره"[2]

والإخلاص هو التخلي عن حظوظ النفس وأهوائها وشهواتها وقطع التعلق بالدنيا، من حب الظهور والرياسة ومدح الناس، وهذه أمراض تفتك بالقلب، كما أنها تذهب الأجر والثواب . والإخلاص يملأ القلب حباً لله، وطلباً للآخرة، وهذا فيه راحة للقلب من هموم الدنيا ومشاكلها.

ي الدعاء:

ومنه الدعاء بتثبيت القلب على الإيمان يقول النبي ﷺ : **(اللهم يا مقلب القلوب ثبت قلبي على دينك)**[3]

---

[1] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح6437/ ص1270 / ك البر / ب تحريم ظلم المسلم

[2] - تفسير النسفي/ النسفي / ج 3 / ص27

[3] - سنن الترمذي/ الترمذي / ح2140 / ج4 / ص201 / ك القدر / ب ما جاء أن القلوب بين أصبعي الرحمن/ حسن .

فالدعاء عبادة تتجلى فيها حاجة العبد إلى ربة، وفية من إظهار التذلل والتضرع والافتقار إلى الخالق سبحانه لقوله تعالى:﴿ **ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعاً وَخُفْيَةً**﴾[الأعراف: 55]، أي: "ادْعُــوا رَبَّكُمْ تذللاً واستكانةً وسراً "[1]

فالله بيده النفع والضر، وهو القادر على تفريج الكروب وتحقيق الآمال، فيتجه القلــب إليــة بالدعاء فيشعر بالأمن والطمأنينة ، واللوذ بذي القوة والجبروت يقول تعالى: ﴿ **أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَــعَ اللَّــهِ قَلِــيلاً مَــا تَذَكَّرُون** ﴾ [النمل:62]

والدعاء سبب من أسباب الإجابة من الله، إذا استوفى شروطه من الإخلاص فــي التوجــه، وتحري الحلال، وقد أمر الله عباده بالتوجه إليه بالدعاء فقــال: ﴿ **وَقَــالَ رَبُّكُــمُ ادْعُــونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ**﴾ [غافر: 60]، وتكفل لعبادة بالإجابة فقال : ﴿ **وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُــمْ يَرْشُــدُون** ﴾ [البقرة:186] "إنه تمثيل لحاله في سهولة إجابته لمن دعاه وسرعة إنجاحه حاجة من سأله بمن قرب مكانه فإذا دعي أسرعت تلبيته ومعنى الإجابة هو معنى ما في قوله تعالى : ﴿ **ادعوني أستجب لكم** ﴾ [غافر:60] وقيل : معناه أقبل عبادة من عبدني بالدعاء"[2].

ويرى الباحث أن الدعاء من أنفع أساليب تزكية القلب، والإقبال على الله، لما فيه من آداب لابد أن يتصف بها الداعي لقبوله، كتحري الحلال في المطعم والمــشرب والملــبس، والبعد عن الذنوب التي تحجب الإجابة، ولما فيه من حمد لله وصلاة على رسوله عند افتتاح الدعاء ونهايته، ولما فيه من اغتنام الساعات المباركة لقبول الدعاء كساعات الثلث الأخير من الليل، أو أوقات الصلاة، والصيام وعند الفطر من الصيام، واستقبال القبلــة فــي الــدعاء، والتضرع والخشوع والصدق غي التوجه إلى الله.

ز التعلق بالمسجد:

وصاحب هذا القلب هو الذي يستظل بظل عرش الرحمن يوم لا ظل إلا ظله، لقول النبيﷺ : **(ورجل كان قلبه معلقاً بالمسجد إذا خرج منه حتى يعود إلية)**[3]

---

[1] - تفسير معالم التنزيل / البغوي / ج 2 / ص138

[2] - الكشاف / الزمخشري / ج 1 / ص337

[3] - سنن الترمذي / الترمذي/ ح2391 / ج 4 / ص324/ ك الزهد / ب ما جاء في الحب في الله/ حسن صحيح

يرى الباحث أن القلب المتعلق بالمسجد هو القلب المولع بأداء الصلوات فـي المـسجد، والاعتكاف فيه،وحضور حلقات العلم والذكر، وتلاوة القرآن، ولا يحتم ترك المـسجد، وإذا خرج منه لحاجة اشتاق إليه، فقلبه مربوط في المسجد ارتباط الحوت بـالعيش فـي المـاء، فالحوت لا يستطيع الحياة إذا خرج من الماء، وكذلك المعلق قلبه بالمساجد لا يطيق ولا يقدر على الحياة خارجها يقول تعالى: ﴿ **فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ رِجَالٌ لا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَـامِ الـصَّلاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْماً تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ**﴾ [النور:37 36].

فهكذا قلب يتطهر ويزكو بتعلقه بالمساجد، فهي أماكن الطاعة والقرب من الله، وهي البيئـة الإيمانية التي يحبس المؤمن نفسه فيها اعتكافاً ورباطاً على الطاعة.

وبمثل هذه الطاعات اعتنى القرآن الكريم بالقلب من أجل سلامته وحياته، وتمتعه بالـصحة النفسية.

ثانياً : عناية القرآن بالأحاسيس و العواطف والمشاعر و توجيهها:

يقول سيد قطب: "من حكمة الخالق التي قد ندرك بعض مراميها وقد لا نـدرك، دون أن ينفي عدم إدراكنا لها وجودها هذه الحكمة اقتضت خلقة هذا الكائن البـشري باسـتعداد للخير وللشر وللهدى والضلال ومنحته القدرة على اختيار هذا الطريق أو ذاك وقدرت أنه إذا أحسن استخدام مواهبه اللدنيه من حواس ومشاعر ومدارك، ووجهها إلـى إدراك دلائـل الهدى في الكون والنفس وما يجيء به الرسل من آيات وبينات، فإنه يـؤمن ويهتـدي بهـذا الإيمان إلى طريق الخلاص وعلى العكس حين يعطل مواهبه ويغلق مداركه ويسترها عـن دلائل الإيمان يقسو قلبه، ويستغلق عقله، وينتهي بذلك إلى التكذيب أو الجحود، فإلى ما قدره الله للمكذبين الجاحدين من جزاء "[1].

فالذي يوجه هذه الأحاسيس و العواطف والمشاعر وفق المنهج الرباني المتمثل في القرآن الكريم والسنة النبوية يشعر بالراحة والطمأنينة ومن ثَم بالصحة النفسية.

1 - عناية القرآن بالأحاسيس:

الإحساس:"هو دراية الفرد بحدوث تغيير فيه بواسطة أي مؤثر ينقل إلى المخ عـن طريـق أعصاب الحس"[2]

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص 1821

[2] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد المجيد عبد العال / ص52 دار المسيرة/ ط2005/1م

يقول تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُون** ﴾[النحل:78].

قال ابن كثير:" ذكر تعالى منَّته على عباده، في إخراجه إياهم من بطون أمهاتهم لا يعلمون شيئًا، ثم بعد هذا يرزقهم تعالى السمع الذي به يدركون الأصوات، والأبصار اللاتي بها يحسون المرئيات، والأفئدة - وهي العقول - التي مركزها القلب على الصحيح، وقيل: الدماغ والعقل به يميز بين الأشياء ضارها ونافعها. وهذه القوى والحواس تحصل للإنسان على التدريج قليلاً قليلاً ، وإنما جعل تعالى هذه في الإنسان، ليتمكن بها من عبادة ربه تعالى، فيستعين بكل جارحة وعضو وقوة على طاعة مولاه"[1].

يقول الباحث: ومن كلام ابن كثير تتضح الحكمة في استخدام هذه الحواس فيما خُلقت من أجله، لتبقى سليمة وصحيحة وحيوية يتمتع بها صاحبها، وذلك باستخدامها في الطاعة والعبادة.

"والقرآن يعبر بالقلب ويعبر بالفؤاد عن مجموع مدارك الإنسان الواعية؛ وهي تشمل ما اصطلح على أنه العقل، وتشمل كذلك قوى الإلهام الكامنة المجهولة الكنه والعمل"[2]

ويقول د. نجاتي: "يولد الطفل لا يعلم شيئاً، ثم لا يلبث أن تبدأ حواسه في أداء وظائفها، فهو يتأثر بما يقع علية من مؤثرات خارجية محدثه فيه أحساسات مختلفة هي الأساس الذي يتكون منه فيما بعد إدراكه ومعرفته بالعالم الخارجي "[3] .

ويرى الباحث أن الخالق سبحانه وتعالى أكرم الإنسان بنعمة الحواس وهي :السمع والبصر والذوق والشم واللمس، والتي من خلالها يدرك ويحس ويتعرف على ما يحيط به.

يقول تعالى:﴿ **ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُون**﴾ [السجدة:9] ، ومن تمام عناية القرآن بالحواس أن الله سبحانه سيسأل عنها صاحبها يوم القيامة، وذلك ليحافظ الإنسان عليها في دنياه ، ويُحسن استخدامها فقال تعالى: ﴿ **وَلا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً**﴾[الإسراء:36] قال ابن كثير: " أي: هذه الصفات من السمع والبصر والفؤاد كَانَ عَنْهُ مَسْئُولا أي: سيسأل العبد عنها يوم القيامة، وتُسأل عنه وعما عمل فيها "[4] .

---

1 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص754

2 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص2186

3 - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص125

4 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص 50

إشارة إلى الأعضاء الثلاثة وأجريت مجرى العقلاء لما كانت مسئولة عن أحوالها شاهدة على أصحابها... ومعنى سؤال هذه الجوارح أنه يسأل صاحبها عما استعملها فيه لأنها آلات والمستعمل بها هو الروح الإنساني فإن استعملها في الخير استحق الثواب وإن استعملها في الشر استحق العقاب وقيل إن الله سبحانه يُنطق هذه الأعضاء فتخبر عما فعله صاحبها "[1]

يقول الباحث: فبالحواس يتعرف الإنسان من خلالها على ما يحيط به من أشياء ،وما يدور حوله من أحداث، وبالإحساس يدرك الإنسان جمال الكون، فيبصر المخلوقات والألوان، ويسمع شقشقة العصافير ويفهم كلام البشر، ويشم رائحة الزهور والرياحين، ويتذوق لذة الأطعمة والأشربة، ويلمس ما يحب من الأشياء، ويشعر بالبرد والحر، وبالإحساس يدرك الشر والإيذاء فيتقيه ويحذر منه ويبتعد عنه، ويدرك الخير فيسعى إلية ويقترب منه، مما يشير إلى أن سلامة الحواس لها انعكاساتها على الصحة النفسية ، وكذلك فقدانها.

الحواس ستكون إما شاهداً للإنسان أو عليه قال تعالى: ﴿ **حَتَّى إِذَا مَا جَاءُوهَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ وَجُلُودُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ وَقَالُوا لِجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَيْنَا قَالُوا أَنْطَقَنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ خَلَقَكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ** ﴾ [فصلت:20 21]، ويقول: ﴿ **يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** ﴾ [النور:24]، وهذا يدلل على مدى اعتناء القرآن بالأحاسيس والتركيز عليها، وضرورة استخدامها في سُبل الخير، وتسخيرها في طاعة الله ، ودوام مراقبتها وتوجيهها.

1 - من معاني الإحساس في القرآن:

أ الإحساس بمعنى العلم كما في قوله تعالى : ﴿ **فَلَمَّا أَحَسَّ عِيسَى مِنْهُمُ الْكُفْرَ** ﴾[آل عمران: 52] أي: "فلما علم عيسى منهم إرادة قتله "[2]

ب الإحساس بمعنى المشاهدة والمعاينة : ﴿ **وَكَمْ أَهْلَكْنَا قَبْلَهُمْ مِنْ قَرْنٍ هَلْ تُحِسُّ مِنْهُمْ مِنْ أَحَدٍ أَوْ تَسْمَعُ لَهُمْ رِكْزاً**﴾ [مريم:98] "ما تُحسّ أي ما تشعر بأحد منهم . والإحساس : الإدراك بالحس، أي لا ترى منهم أحداً"[3] .

ج - الإحساس بمعنى الشعور: ﴿ **فَلَمَّا أَحَسُّوا بَأْسَنَا إِذَا هُمْ مِنْهَا يَرْكُضُونَ** ﴾ [الأنبياء:12] أي: " شعر أهل القرية بالهلاك إذا هم يهربون مسرعين"[4]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص 227،228

[2] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي، وجلال الدين السيوطي / ص 64

[3] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج 8 / ص 178

[4] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي، وجلال الدين السيوطي / ص 306

2 - توجيه الأحاسيس في القرآن:

لو تدبرنا آيات القرآن الكريم لوجدنا مدى اهتمامه بالأحاسيس وتوجيهها لاستعمالها في النافع المفيد، والاستفادة منها للتعرف على أسرار الكون وعجائبه المؤدية إلى معرفة خالق الكون والإيمان به

وسيذكر الباحث أهم هذه الحواس وهما السمع والبصر.

أ حاسة السمع :

الحاسة : "هي القوة التي بها يدرك الأعراض الحسية [1]

ففي مجال حاسة السمع مدح الله تعالى من يستمع القول ويتبع أحسنه وخيرة قال تعالى: ﴿ **الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ**﴾[الزمر:18]

ووصف المؤمنين بأنهم يستجيبون لحكم الله وينقادوا له طائعين لما سمعوه من حكم وقضاء فقال تعالى:

﴿ **إِنَّمَا كَانَ قَوْلَ الْمُؤْمِنِينَ إِذَا دُعُوا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ لِيَحْكُمَ بَيْنَهُمْ أَنْ يَقُولُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾[النور: 51]

وأن السمع من أهم الحواس للاهتداء إلى الإيمان فقال تعالى: ﴿ **رَبَّنَا إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِياً يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا** ﴾[آل عمران193]، وقال تعالى: ﴿ **وَأَنَّا لَمَّا سَمِعْنَا الْهُدَى آمَنَّا بِهِ**﴾ [الجن: 13]

وجعل للسمع عبادة الاستماع للقرآن وتدبر آياته فقال تعالى: ﴿ **وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ** ﴾ [الأعراف:204]

ويرى الباحث أن السمع يعتبر من أهم الحواس الإدراكية كوسيلة للمعرفة والعلم والتعلم وغيرها، لذا فإن القرآن الكريم اعتنى بالسمع وقدمه في آياته على البصر، إذ أن السمع يعمل في النور والظلام، بينما حاسة البصر لا ترى إلا في الضوء، والسمع لا يمكن إغلاق أداته وهي الأذن عن السمع، بينما حاسة البصر تقف وظيفتها عند إغلاق الجفون أوعند النوم، وقد ذكر القرآن الكريم تقدم ذكر السمع على البصر في مواضع قرآنية متعددة ومنها:

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد المجيد عبد العال / ص 51

قوله تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُون** ﴾[النحل:78] .

وقال:﴿ **إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً**﴾[الإسراء: 36].

وقال: ﴿ **وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَـ كُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَـ ارَ وَالْأَفْئِـ دَةَ قَلِيـ لاً مَا تَشْكُـ رُون** ﴾ [المؤمنون:78].

وقال:﴿ **ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُون**﴾[السجدة: 9].

وقال:﴿ **قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُون** ﴾ [الملك:23]

ب - حاسة البصر:

فقي مجال حاسة البصر لفت القرآن الكريم أنظار وأبصار الخلق إلى تصفح الكون والنظر في آياته والاعتبار بما يرى الإنسان، وقد دلل القرآن الكريم على حاسة البصر في الآيات القرآنية بألفاظ متعددة منها: الأبصار: مثل: يبصر، بصيرا ، يبصرون، تبصرون.

والنظر: مثل ، أنظر، انظروا ، ينظرون، ينظر،نظر، ننظر .

والرؤية: مثل: يرى،رأى، يروا، رأوه، يريكم، ترون.

وقد حث القرآن على توجيه حاسة البصر لتصفُح آيات الكون والاعتبار بما سبق فقال:

﴿ **قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِين** ﴾ [آل عمران:137] وقال: ﴿**قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُجْرِمِين**﴾ [النمل:69]

وتوجيه البصر إلى التعرف على خلق الله ونعم الله والتعرف على قدرته يقول تعالى: ﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّ اللَّهَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يَخْلُقَ مِثْلَهُمْ** ﴾[الإسراء: 99] وقال:﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيم**﴾[الشعراء:7] وقال:﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا نَسُوقُ الْمَاءَ إِلَى الْأَرْضِ الْجُرُزِ فَنُخْرِجُ بِهِ زَرْعاً تَأْكُلُ مِنْهُ أَنْعَامُهُمْ وَأَنْفُسُهُمْ أَفَلا يُبْصِرُون** ﴾ [السجدة:27] وقال:﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا خَلَقْنَا لَهُمْ مِمَّا عَمِلَتْ أَيْدِينَا أَنْعَاماً فَهُمْ لَهَا مَالِكُون** ﴾ [يّـس:71].

وفي توجيه البصر لسجود المخلوقات وطاعتها وانقيادها لله، ليعتبر منها ويستسلم لأوامر الله فهو أولى بالسجود لله منها لما وهبه الله من عقل، فقال تعالى: ﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَسْجُدُ**

لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ وَالنُّجُومُ وَالْجِبَالُ وَالشَّجَرُ وَالدَّوَابُّ وَكَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ وَكَثِيرٌ حَقَّ عَلَيْهِ الْعَذَابُ وَمَنْ يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ مُكْرِمٍ ﴾[الحج: 18]، وقال تعالى:﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى مَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ يَتَفَيَّأُ ظِلالُهُ عَنِ الْيَمِينِ وَالشَّمَائِلِ سُجَّداً لِلَّهِ وَهُمْ دَاخِرُونَ** ﴾ [النحل:48]، "أي ألم ينظرو ولم يروا متوجهين إلى ما خلق الله من شيء أي من كل شيء يتفيؤ ظلاله أي يرجع شيئا فشيئا حسبما يقتضيه إرادة الخالق تعالى فإن التفيؤ مطاوع الإفاءة"[1].

وتوجيه النظر لمعرفة كيفية بدأ الخلق وإعادته، ليؤمن بالبعث والنشور يوم القيامة كما قال تعالى: ﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا كَيْفَ يُبْدِئُ اللَّهُ الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ**﴾[العنكبوت:19]

وقال تعالى:﴿ **أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّ اللَّهَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَمْ يَعْيَ بِخَلْقِهِنَّ بِقَادِرٍ عَلَى أَنْ يُحْيِيَ الْمَوْتَى بَلَى إِنَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**﴾[الأحقاف:33]

توجيه البصر إلى تدبر الآيات التي تعرض على الخلق صباح مساء للهداية وإرشاد الناس لعبادة الله المنعم والمتفضل عليهم فقال تعالى:﴿ **وَإِنْ يَرَوْا آيَةً يُعْرِضُوا وَيَقُولُوا سِحْرٌ مُسْتَمِرٌّ**﴾ [القمر:2] وقال تعالى:﴿ **أَفَلا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ**﴾ [الغاشية:17 20] قال الألوسي: "فإذا نظر لما معه رأى الإبل وإذا نظر لما فوقه رأى السماء وإذا نظر يميناً وشمالاً رأى الجبال وإذا نظر لأسفل رأى الأرض فأمر بالنظر في خلوته لما يتعلق به النظر من هذه الأمور فبينها مناسبة بهذا الاعتبار"[2]

توجيه البصر لاستشعار نعمه الله في تسخير الكون وما فيه لخدمه الإنسان وقال تعالى:﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ وَالْفُلْكَ تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَيُمْسِكُ السَّمَاءَ أَنْ تَقَعَ عَلَى الْأَرْضِ إِلَّا بِإِذْنِهِ إِنَّ اللَّهَ بِالنَّاسِ لَرَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾ [الحج:65]، وقال تعالى:﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُولِجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَيُولِجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَسَخَّرَ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ كُلٌّ يَجْرِي إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً** ﴾ [لقمان: 29]

تمتع البصر بجمال الكون لتلهج الألسنة بالتسبيح والتحميد فقال تعالى: ﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُخْتَلِفاً أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ**

---

[1] - تفسير أبي السعود / أبو السعود / ج 3 / ص 269

[2] - روح المعاني / الألوسي / ج 10 / ص 148

أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٌ وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾[فاطر: 27،28] ، وقال تعالى:﴿ **أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَتُصْبِحُ الْأَرْضُ مُخْضَرَّةً** ﴾ [الحج: 63]

وهناك نوع آخر يتعلق بالأحاسيس وهو الإدراك الحسي الخارج عن نطاق الحواس فإنه "يتم الإدراك الحسي عن طريق تأثيرات المؤثرات الحسيه في حواسنا المختلفة، ولكنا نلاحظ أحياناً أن بعض الناس يستطيعون إدراك أشياء خارجه عن نطاق التأثير المباشر في حواسهم، كأن تكون هذه الأشياء مثلاً في أماكن بعيدة جداً، بحيث لا يمكن أن يكون لها تأثير مباشر في حواسهم، ويطلق على هذه الظاهرة الإدراك الحسي الخارج عن نطاق الحواس"[1]

يقول الباحث وقد ذكر القرآن الكريم نماذج متنوعة ومتعددة من هذا الإدراك الحسي ومنها:

أ - تأويل الأحاديث :

وهذا النوع من الإدراك الحسي علمه الله تعالى لنبيه يوسف عليه السلامحيث قال تعالى: ﴿ **وَكَذَلِكَ يَجْتَبِيكَ رَبُّكَ وَيُعَلِّمُكَ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ** ﴾[يوسف: 6]، وقال: ﴿ **وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ وَلِنُعَلِّمَهُ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ**﴾ [يوسف: 21] وقال:﴿**رَبِّ قَدْ آتَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ** ﴾ [يوسف: 101] وقد تجلى ذلك في تأويل يوسفعليه السلام لرؤيا الملك عندما قص الله علينا قصته في سورة يوسف فقال تعالى: ﴿ **وَقَالَ الْمَلِكُ إِنِّي أَرَى سَبْعَ بَقَرَاتٍ سِمَانٍ يَأْكُلُهُنَّ سَبْعٌ عِجَافٌ وَسَبْعَ سُنْبُلَاتٍ خُضْرٍ وَأُخَرَ يَابِسَاتٍ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُ أَفْتُونِي فِي رُؤْيَايَ إِنْ كُنْتُمْ لِلرُّؤْيَا تَعْبُرُونَ** ﴾ [يوسف:43]، فعجز مفسروا الأحلام والرؤى عن تفسير الرؤية وتأويلها، فذهبوا إلى يوسفعليه السلام ليتأو لهم رؤية الملك فقالوا له: ﴿ **يُوسُفُ أَيُّهَا الصِّدِّيقُ أَفْتِنَا فِي سَبْعِ بَقَرَاتٍ سِمَانٍ يَأْكُلُهُنَّ سَبْعٌ عِجَافٌ وَسَبْعِ سُنْبُلَاتٍ خُضْرٍ وَأُخَرَ يَابِسَاتٍ لَعَلِّي أَرْجِعُ إِلَى النَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَعْلَمُونَ** ﴾ [يوسف:46] فأولها يوسفعليه السلام الذي اختصه الله بهذا الإدراك الحسي فقال لهم: ﴿ **تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأَبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُنْبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تَأْكُلُونَ ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ سَبْعٌ شِدَادٌ يَأْكُلْنَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُنَّ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تُحْصِنُونَ ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْصِرُونَ**﴾ [يوسف 47 49]

وفي تأويله لرؤيته الأحد عشر كوكباً والشمس والقمر يسجدون له فقال تعالى: ﴿ **وَرَفَعَ أَبَوَيْهِ عَلَى الْعَرْشِ وَخَرُّوا لَهُ سُجَّداً وَقَالَ يَا أَبَتِ هَذَا تَأْوِيلُ رُؤْيَايَ مِنْ قَبْلُ قَدْ جَعَلَهَا رَبِّي حَقّاً** ﴾ [يوسف: 100]

---

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص131

ب - الإدراك الحسي :

وهو ما كان لدى يعقوبعليه السلام عن بعد بإحساسه تجاه يوسفعليه السلام أنه حي ولم يأكله الذئب كما قال له بنوة وذلك في قولة تعالى:﴿ **قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْئَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ** ﴾

[يوسف 86 87**]**، وعندما شم ريح قميص ولده يوسفعليه السلام المفقود من سنين طويلة، وذلك عندما فصلت العير من الديار المصرية وهي بعيدة جداً عن ديار يعقوبعليه السلام المتجهً إليها فقال تعالى: ﴿ **وَلَمَّا فَصَلَتِ الْعِيرُ قَالَ أَبُوهُمْ إِنِّي لَأَجِدُ رِيحَ يُوسُفَ لَوْلَا أَنْ تُفَنِّدُونِ قَالُوا تَاللَّهِ إِنَّكَ لَفِي ضَلَالِكَ الْقَدِيمِ فَلَمَّا أَنْ جَاءَ الْبَشِيرُ أَلْقَاهُ عَلَى وَجْهِهِ فَارْتَدَّ بَصِيرًا قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ** ﴾ [يوسف 94 -96]

يقول الباحث: لاشك أن هذا الإدراك لا يكون إلا لمن صفت روحه وقلبه لربة، فتتكشف لـه هذه الأسرار فيختص بها عن غيرة من الناس، أما من أعرض عن طاعة ربة فلا ينتفع بهذه الحواس بل تكون نقمةً علية يقول تعالى: ﴿ **صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لا يَرْجِعُونَ** ﴾ [البقرة:18] والصم والبكم والعمى النفسي: هؤلاء أنماط من أنماط الشخصية في القرآن ... وهو صمم نفسي، وبُكم نفسي، وعَمى نفسي... أي أنه ظاهرة مرضية نفسية وليست عضوية... فلا يريدون أن يروا الحق أو يسمعوا به، فيفقدون أسماعهم وأبصارهم وقدرتهم على الكلام... والآية لم تنف الإدراكات عن حواسهم جملةً وإنما الغرض نفيها عن رؤية أو سماع أو التحدث بالحق"[1] .

لذا بَين الحق سبحانه الفرق الشاسع بين من يحس ويدرك ويرى ويسمع وبين من لا يحس ولا يدرك ولا يرى ولا يسمع فقال تعالى : ﴿ **مَثَلُ الْفَرِيقَيْنِ كَالْأَعْمَى وَالْأَصَمِّ وَالْبَصِيرِ وَالسَّمِيعِ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلاً أَفَلا تَذَكَّرُون** ﴾[هود:24] أي: " مثل الفريقين الكافرين والمؤمنين أي: الذين وصفهم أولا بالشقاء والمؤمنين السُّعَداء، فأولئك كالأعمى والأصم، وهؤلاء كالبصير والسميع فالكافر أعمى عن وجه الحق في الدنيا، وفي الآخرة لا يهتدي إلى خير ولا يعرفه، أصم عن سماع الحجَج، فلا يسمع ما ينتفع به، وأما المؤمن ففَطِن ذكي لبيب، بصير بالحق، يميز بينه وبين الباطل، فيتبعُ الخير ويترك الشر، سميع للحجة، يفرق بينها وبين الشبهة، فلا يَرُوج عليه باطل، فهل يستوي هذا وهذا أفلا تعتبرون وتفرقون بين هؤلاء وهؤلاء "[2] .

---

[1] - موسوعة القرآن العظيم / د. عبد المنعم الحفني / ص 1780،1781 / ج2 / مكتبة مدبولي / ط 1 / 2004م

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص581

فالمؤمن سميع بصير يمشي في نور على صراط مستقيم في الدنيا والآخرة، حتى ينتهي به الحال في الجنات في مقعد صدق عند المليك المقتدر والكافر أعمى أصم، يتلجلج في الظلمات لا يقدر على الخروج منها، بل هو يتيه في غَيِّه وضلاله في الدنيا والآخرة، حتى ينتهي به الأمـــر إلـــى الجحيم والحميم .

ويَخلُص الباحث إلى القول بأن القرآن الكريم اعتنى بأحاسيس الإنسان، ولا يـــستطيع الإنسان أن يستغني عن أي حاسة من حواسه، والتي من خلالها يحس بالوجود من حوله ويتعرف على ما يحيط به، فالذي يفقد أي حاسة فإنه يشعر بعقدة النقص النفسي والإعاقة، وقد وجه القرآن الكريم هذه الحواس بما فيه الخير والسعادة للإنسان، واختص أناس من خلقه بحواس فوق نطـــاق الحواس المعهودة والمعروفة.

المبحث الثاني: عناية القرآن بالجسد ومتعلقاته

وفيه مطلبان

المطلب الأول : عناية القرآن بدوافع الجسد والسيطرة عليها

المطلب الثاني :عناية القرآن بانفعالات الجسد والسيطرة عليها.

المبحث الثاني

عناية القرآن بالجسد ومتعلقاته

لقد اهتم القرآن الكريم بجسد الإنسان وأمر بالمحافظة عليه من التهلكة فقال تعالى: ﴿ **وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيماً**﴾[النساء: 29] أي: "ولا تقتلوا أنفسكم بارتكاب ما يؤدي إلى هلاكها أيا كان في الدنيا أو الآخرة"[1].

وحث الإنسان على الأكل والشرب بالحلال للمحافظة على استمرارية حياة الجسد وبنائه فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلالاً طَيِّباً** ﴾ [البقرة: 168] فالله سبحانه "أباح لهم أن يأكلوا مما في الأرض في حال كونه حلالا من الله طيبًا، أي: مستطابًا في نفسه غير ضار للأبدان ولا للعقول، ونهاهم عن إتباع خطوات الشيطان، وهي: طرائقه ومسالكه فيما أضل أتباعه فيه من تحريم البَحَائر والسوائب والوصائل ونحوها مما زَينه لهم في جاهليتهم"[2].

فقد أمر بأكل الطيبات من الطعام دون الخبائث منه فقال : ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُون** ﴾ [البقرة:172]، وقال تعالى: ﴿ **وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ**﴾ [الأعراف: 157]

وحرم القرآن أكل الخبائث والأطعمة الضارة بالجسد فقال تعالى: ﴿ **حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ** ﴾ [المائدة: 3].

وأمر بالأكل من ثمار المزروعات فقال تعالى: ﴿ **وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفاً أُكُلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهاً وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ** ﴾ [الأنعام: 141].

وأمر بالأكل من لحوم الأنعام فقال: ﴿ **وَمِنَ الْأَنْعَامِ حَمُولَةً وَفَرْشاً كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ**﴾ [الأنعام142]، وقال:﴿ **وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ**﴾[النحل: 5].

وأمر بالتوسط في الأكل والشرب وعدم الإسراف للمحافظة على سلامة الجسد من التخمة وأمراض البطن نتيجةً للإسراف في الأكل فقال تعالى: ﴿ **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِين**﴾ [الأعراف: 31] .

---

[1] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي، جلال الدين السيوطي / ص 92

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج1/ ص280

وحث على العلاج والتداوي حال المرض والألم الجسدي فقال تعالى: ﴿ **وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ** ﴾[الإسراء: 82] .

وأمر بنظافة الجسد وحمايته من الميكروبات والجراثيم التي تفتك بالجسد، فأمر بالوضوء للصلاة والاغتسال من الجنابة والحيض والنفاس فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَقْرَبُوا الصَّلاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلا جُنُباً إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّى تَغْتَسِلُوا** ﴾[النساء:43]، وقال تعالى:﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُؤُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُباً فَاطَّهَّرُوا** ﴾[المائدة: 6].

وهذا كله بقصد سلامة الجسد والصحة النفسية والمحافظة عليهما.

والجسد له دوافع وانفعالات، وقد عَني القرآن الكريم بهذه الدوافع والانفعالات، وكيفية السيطرة عليها.

وقد أشار الباحث إلى التفصيل في ببيان عناية القرآن الكريم بمتعلقات الجسد وهي دوافعه وانفعالاته وسيجعلها في مطلبين:

المطلب الأول : عناية القرآن بدوافع الجسد والسيطرة عليها.

المطلب الثاني : عناية القرآن بانفعالات الجسد والسيطرة عليها.

المطلب الأول

عناية القرآن بدوافع الجسد والسيطرة عليها:

أولاً: عناية القرآن بدوافع الجسد:

1 - الدوافع في الاصطلاح :" الدوافع هي القوى المحركة التي تبعث النشاط في الكائن الحي وتبدي السلوك وتوجهه نحو هدف أو أهداف معينه"[1].

ويعرفه د. محمد عبد العال: "بأنه عامل انفعالي حركي فطري أو مكتسب ، شعوري أو لا شعوري يثير النشاط والإنجاز، وينشأ كنتيجة لخبرات الفرد في الحياة"[2]

ويعرفها السمالوطي بأنها: "حاله داخلية جسمية أو نفسية "[3]

ويعرفها الباحث بأنها: حاله داخلية جسمية أو نفسية تدفع الكائن الحي للنشاط والتوجه نحو هدف معين لتحقيقه.

2 - مفهوم الدوافع :

الدوافع هي التي تقوم بوظائف ضرورية تقوم عليها حياة الكائن الحي عامة والإنسان خاصة، إذ أنها تدفعه إلى العمـ من أجل إشباع الحاجات الأساسية اللازمة لبقائه واستمرارية حياته والقيام بغير ذلك من إشباع لحاجاته النفسية والروحية.

"ويصنف علماء النفس المحدثون الدوافع إلى قسمين رئيسيين :

القسم الأول : الدوافع الفسيولوجية أي الدوافع الأولية[4]: وهي الدوافع الفطرية التي ترتبط بحاجات البدن الفسيولوجية وما يحدث في أنسجة البدن من نقص أو اختلال الاتزان، وهي تقوم بتوجيه سلوك الفرد إلى الأهداف التي تشبع حاجات بدنه الفسيولوجية، أو تسد النقص الذي يطرأ على أنسجة البدن وتعيدها إلى حالتها السابقة من الاتزان.

القسم الثاني : الدوافع النفسية والروحية ويسميها علماء النفس أيضاً دوافع ثانوية، أو دوافع نفسية - اجتماعية، أو دوافع اجتماعية - : وهي دوافع تتعلق بحاجات الإنسان النفسية والروحية" [5]

فالدافعية هي : " مصطلح يطلق على مجموعة من الدوافع ، والرغبات والحاجات، وما يشابهها من قوى"[1]

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 27

[2] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. محمد عبد المجيد عبد العال / ص71

[3] - الإسلام وقضايا علم النفس الحديث / د. نبيل محمد السمالوطي / ص90 / دار الشروق / ط2 /1984م

[4] - القرآن وعلم النفس / د محمد نجاتي / ص 27

[5] - المرجع السابق / ص 27

القسم الأول: الدوافع الفسيولوجية (الأولية) :

وهي الدوافع التي تتعلق بالمحافظة على ذات الإنسان ، والمحافظة على بقاء نوعه، فالدوافع التي تتعلق بالمحافظة على الجسد كأن تدفع الإنسان للأكل عند الجوع ، والشرب عند العطش والظل عند الشمس ، ولبس الثياب للمحافظة على الجسد في الصيف من الحر وفـــي الـــشتاء من البرودة وهذا من نعم الله على أهل الجنة إذ يقول تعالى: ﴿ **إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَـــا وَلَا تَعْرَى وَأَنَّكَ لَا تَظْمَأُ فِيهَا وَلَا تَضْحَى**﴾ [طـــه:118 119] والمعنى: "أن لك فيها أن تمتعا بأنواع المعايش وتنعما بأصناف النعم من المأكل الشهية والملابس البهية فإنه لما نفـــي عنـــه الجوع والعري أفاد ثبوت الشبع والاكتساء له "[2]

" إن إشباع الحاجات الفسيولوجية عامل ضروري لتحقيق الصحة النفسية، لأنه يهيئ الإنسان لإشباع حاجاته الأخرى، لكنه لا يكفي وحده لتحقيق الصحة النفسية، فإشـــباع الحاجـــة إلـــى الطعام مثلاً ضروري للصحة النفسية، لكن ليس كل شخص غير جـــائع متمتعـــاً بالـــصحة النفسية"[3]

أما دافع المحافظة على بقاء النوع ، فيتعلق بالدافع الجنسي، ودافع الأمومة والأبوة.

" تؤدي الوظائف الفسيولوجية جانباً هاماً للإنسان والحيوان، فهي تقوم بتلبية حاجات البـــدن، وتسد كل ما يطرأ عليه من نقص، وتقاوم كل ما يطرأ علية من خلل أو اضطراب أو فقـــدان الاتزان"[4].

يقول الباحث: فالإنسان إذن في حاجة إلى الطعام والشراب لإشباع دافعـــي الجـــوع والعطش، وفي حاجة إلى الهواء النقي لإشباع دافع التنفس، وفي حاجة للباس والثياب ليقـــي جسده، ويستر عورته لإشباع دافع الحرارة أو البرودة، وفي حاجة لبيت يسكن فيه ليحتمي به من تقلبات الجو والحيوانات المفترسة، ويرتاح فيه لإشباع دافع التعب، وهو في حاجة إلـــى الزواج من الجنس الآخر لإشباع دافع الجنس والأمومة أو الأبوة .

لذا اعتبره النبيﷺ من حق المسلم فقال : **(ليس لأبن آدم حق في سوى هذه الخصال : بيـــت يسكنه، وثوب يواري عورته، وجلف الخبز والماء** جلف الخبز أي ليس معه أدام -) [5]

---

[1] - العلاقات الإنسانية / د. سيد عبد الحميد مرسي/ ص110/ مكتبة وهبه/ ط1/1986م

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3 / ص 389

[3] - الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام / . محمد عودة محمد ،د. كمال إبراهيم مرسي/ ص111

[4] - النفس المطمئنة / سيد مرسي / ص 98

[5] - سنن الترمذي / الترمذي / ح2341 / ج4 /ص300 / ك الزهد/ حسن صحيح

وهذا يدلل على عناية الإسلام بدوافع الإنسان وعمله على تحقيق إشباعها.

1 دوافع المحافظة على الذات:

ورد في القرآن الكريم بعض الآيات القرآنية الدالة على اهتمام واعتناء القرآن بالدوافع الفسيولوجية التي تدفع الإنسان نحو المحافظة على الذات ومنها دافع الجوع ودافع العطش، ودافع الحرارة والبرودة، ودافع التعب، ودافع التنفس ، ودافع الإخراج وغيرهم.

أ دافع الجوع :

يقول تعالى : ﴿ **الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ**﴾[قريش:4] أي: " فليعبدوا رب هذا البيت الذي أطعمهم من جوع وكان الأصل بحسب حالة أرضهم أن يجوعوا فأطعمهم الله وأشبعهم من هذا الجوع وآمنهم من خوف وكان الأصل بحسب ما هم فيه من ضعف وبحسب حالة البيئة من حولهم أن يكونوا في خوف فآمنهم من هذا الخوف! وهو تذكير يستجيش الحياء في النفوس"[1] .

وقد حث القرآن الكريم والسنة النبوية الإنسان على السعي من أجل الحصول على الرزق لسد حاجته وحاجه من يعول لإشباع دافع الجوع فقال تعالى: ﴿ **هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولاً فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ**﴾[الملك:15] فالإنسان السوي مكلف بأن يبحث عن العمل ساعياً على لقمة عيشة لدفع ألم الجوع، ومنعاً من المسألة.

ويرى الباحث أن الله يختبر عباده بألم الجوع ويبتليهم به ليميز الصادق من الكاذب فقال تعالى: ﴿ **وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ** ﴾[البقرة:155]

"والمراد بالخوف : ما يحصل لمن يخشى من نزول ضرر به من عدو أو غيره وبالجوع: المجاعة التي تحصل عند الجدب والقحط وبنقص الأموال : ما يحدث فيها بسبب الجوائح "[2]

وأنه ينتقم من الكفار والعصاة بألم الجوع عقاباً لهم فقال تعالى: ﴿ **وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَداً مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ** ﴾ [النحل:112] يقول سيد قطب: "ويجسم التعبير الجوع والخوف فيجعله لباسا؛ ويجعلهم يذوقون هذا اللباس ذوقا، لأن الذوق أعمق أثرا في الحس من مساس اللباس للجلد وتتداخل في التعبير استجابات الحواس فتضاعف مس الجوع والخوف لهم ولذعة وتأثيره وتغلغله في النفوس لعلهم يشفقون من تلك العاقبة

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3983

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص159

التي تنتظرهم لتأخذهم وهم ظالمون، وفي ظل هذا المثل الذي تخايل فيه النعمة والرزق، كما يخايل فيه المنع والحرمان، يأمرهم بالأكل مما أحل لهم من الطيبات وشكر الله على نعمته إن كانوا يريدون أن يستقيموا على الإيمان الحق بالله، وأن يخلصوا له العبودية "[1]

ولأهمية دافع الجوع وعناية القرآن به، جعله كفارة لكثير من الأخطاء التي يقترفها الإنسان ككفارة اليمين، وكفارة الظهار وغيرهما فقال تعالى: ﴿ **لا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ وَلَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا عَقَّدْتُمُ الْأَيْمَانَ فَكَفَّارَتُهُ إِطْعَامُ عَشَرَةِ مَسَاكِينَ مِنْ أَوْسَطِ مَا تُطْعِمُونَ أَهْلِيكُمْ**﴾ [المائدة: 89]

وقال تعالى:﴿ **فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَّا فَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَإِطْعَامُ سِتِّينَ مِسْكِيناً** ﴾ [المجادلة: 4]

ومن عناية القرآن بهذا الدافع بأن جعل اقتحام العقبة يوم القيامة بالإطعام وقت الجوع والفاقة فقال : ﴿ **أَوْ إِطْعَامٌ فِي يَوْمٍ ذِي مَسْغَبَةٍ**﴾ [البلد:14] "والمسغبة المجاعة"[2]، وقال تعالى:﴿ **وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ مِسْكِيناً وَيَتِيماً وَأَسِيراً**﴾ [الإنسان:8] والمعنى: " وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ أي حب الطعام من الاشتهار والحاجة إليه أو على حب الله مِسْكِينًا فقيراً عاجزاً عن الاكتساب وَيَتِيمًا صغيراً لا أب له وَأَسِيرًا مأسوراً مملوكاً أو غيره"[3].

ومن إتمام فضل الله على آدم في الجنة أن لا يشعر بألم الجوع فيها فقال له : ﴿ **إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَا وَلا تَعْرَى**﴾[طه:118]، وقد ذكر الله قريش بهذه النعمة نعمة الإطعام من الجوع فقال : ﴿**الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ** ﴾[قريش:4]

ب - دافع العطش:

لا يستطيع الإنسان أن يستغني عن الطعام والشراب ولا يستطيع الاستمرار في الحياة بدونهما، ولكنه يصبر على الجوع أياماً، ولا يصبر على العطش إلا قليلاً، وصدق الحق إذ قال: ﴿ **وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلا يُؤْمِنُون** ﴾ [الأنبياء: 30]، ولحاجة الإنسان إلى الطعام لسد دافع الجوع، وحاجته إلى الماء والشراب لسد دافع العطش، امتن الله على المسلمين بالتمتع بسد حاجة هذين الدافعين في شهر رمضان إلى ما قبل الفجر فقال تعالى: ﴿ **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ** ﴾ [البقرة: 187] ، وامتن على

---

1 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص 2199

2 - تفسير النسفي/ النسفي / ج 4 / ص 359

3 - المرجع السابق / ج 4 / ص317

آدم في الجنة بأن يقيه من دافع العطش والظمأ فقال تعالى: ﴿ **وَأَنَّكَ لا تَظْمَأُ فِيهَا وَلا تَضْحَى** ﴾ **[** طــه:119].

ومن عناية القرآن بهذا الدافع بأن أنزل الله من السماء ماءً ليشرب منه الإنسان والحيــوان فقال تعالى:﴿ **وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُوراً لِنُحْيِيَ بِهِ بَلْدَةً مَيْتاً وَنُسْقِيَهُ مِمَّــا خَلَقْنَــا أَنْعَاماً وَأَنَاسِيَّ كَثِيراً**﴾ [الفرقان:48 49] ، أي: "وليشرب منه الحيوان من أنعام وأناســي محتاجين إليه غاية الحاجة، لشربهم وزروعهم وثمارهم "[1] .

وقد جعل الناس شركاء في الماء فلا يصح منع الماء عن الخلق لما فيه من الضرر بهــلاك حياة الإنسان.

ج - دافع الحرارة والبرودة:

ودافع الحرارة والبرودة يدفع الإنسان للباس والمسكن ليحمي الإنسان نفسه من تقلبات الجــو في الصيف والشتاء في الحر والبرد، وقد أشار القرآن الكريم إلى الاعتناء بهذا الدافع فقــال تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَناً وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتاً تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَافِهَا وَأَوْبَارِهَــا وَأَشْــعَارِهَا أَثَاثــاً وَمَتَاعــاً إِلَــى حِينٍ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلالاً وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَاناً وَجَعَلَ لَكُــمْ سَــرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ** ﴾[النحل: 80 81] قال ابن كثيــر : " يــذكر تبــارك وتعالى تمام نعمه على عبيده، بما جعل لهم من البيوت التي هي سكن لهم، يــأوون إليهــا، ويستترون بها، وينتفعون بها سائر وجوه الانتفاع، وجعل لهم أيضًا﴿ **مِنْ جُلُــودِ الأنْعَــامِ بُيُوتًا** ﴾ أي: من الأدم، يستخفون حملها في أسفارهم، ليضربوها لهم في إقامتهم في الــسفر والحضر ولهذا قال: ﴿ **تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَافِهَا**﴾ أي: مــن الغنم، وَأَوْبَارِهَا من الإبل، وَأَشْعَارِهَا من المعز -والضمير عائد على الأنعام- وتتخــذون منه أثاثا، وهو المال وقيل: المتاع وقيل: الثياب والصحيح أعم من هذا كله، فإنه يتخذ مــن الأثاث البسط والثياب وغير ذلك، ويتخذ مالا وتجارة"[2].

فالإنسان يقي نفسه من الحرارة والبرودة بالسرابيل والأكنان أي باللباس والمسكن، ومنها الاحتماء بالجبال والشجر ومن البأس

د دافع التعب:

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص391

[2] - المرجع السابق / ج 2/ ص755

وهو يدفع الإنسان إلى الخلود للراحة والنوم، وهذا الدافع يسبب آلاماً وأضراراً للإنسان لا يستطيع الإنسان الصبر عليه، ومن عناية القرآن بهذا الدافع جعل النوم والراحة آية من آياته الدالة على قدرة الله فقال تعالى:﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يَسْمَعُون** ﴾ [الروم:23] قال الشوكاني : "أي ومن آياته العظيمة أنكم تنامون بالليل وتنامون بالنهار في بعض الأحوال للاستراحة كوقت القيلولة وابتغاؤكم من فضله فيهما فإن كل واحد منهما يقع فيه ذلك "[1]، وخلق الله الليل والنهار من أجل هذا الدافع فقال تعالى: ﴿ **اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِراً إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لا يَشْكُرُون** ﴾ [غافر:61]، وجعل من رحمته وفضلة خلق الليل والنهار لسد حاجة دافع التعب والنوم فقال تعالى: ﴿ **وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ** ﴾ [القصص: 73]

فالنوم لا يمكن للإنسان أن يستغني عنه خاصةً بعد تعب النهار، من وعثاء السفر، أو ممارسة العمل، فيخلد إلى النوم والراحة ليستعيد نشاطه وحيويته، فلو جعل الله الحياة كلها نهار فمتى يخلد الإنسان للراحة والنوم؟! قال تعالى: ﴿ **قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ جَعَلَ اللَّهُ عَلَيْكُمُ النَّهَارَ سَرْمَداً إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ مَنْ إِلَهٌ غَيْرُ اللَّهِ يَأْتِيكُمْ بِلَيْلٍ تَسْكُنُونَ فِيهِ أَفَلا تُبْصِرُون** ﴾[القصص:72].

هـ - دافع التنفس:

وفيه تظهر مدى حاجة الإنسان إلى استنشاق الهواء وإخراجه عن طريق الشهيق والزفير، فالإنسان إذا منع عنه الهواء لدقائق فإنه يموت، وقد أشار القرآن إلى أهمية هذا الدافع فقال تعالى: ﴿ **وَإِنْ نَشَأْ نُغْرِقْهُمْ فَلا صَرِيخَ لَهُمْ وَلا هُمْ يُنْقَذُون** ﴾[يّـس:43] ، وذكر القرآن أن هلاك فرعون وقومه بسبب هذا الدافع فقال تعالى: ﴿ **وَجَاوَزْنَا بِبَنِي إِسْرائيلَ الْبَحْرَ فَأَتْبَعَهُمْ فِرْعَوْنُ وَجُنُودُهُ بَغْياً وَعَدْواً حَتَّى إِذَا أَدْرَكَهُ الْغَرَقُ قَالَ آمَنْتُ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا الَّذِي آمَنَتْ بِهِ بَنُو إِسْرائيلَ وَأَنَا مِنَ الْمُسْلِمِين** ﴾ [يونس:90] فكان هلاك فرعون غرقاً بمعنى فقدانه لدافع التنفس، وكذلك هلاك قوم نوح وولده بسبب دافع التنفس فقال تعالى: ﴿ **قَالَ سَآوِي إِلَى جَبَلٍ يَعْصِمُنِي مِنَ الْمَاءِ قَالَ لا عَاصِمَ الْيَوْمَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِلَّا مَنْ رَحِمَ وَحَالَ بَيْنَهُمَا الْمَوْجُ فَكَانَ مِنَ الْمُغْرَقِين** ﴾[هود:43] ومنها قوله تعالى: ﴿ **فَكُلّاً أَخَذْنَا بِذَنْبِهِ فَمِنْهُمْ مَنْ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِ حَاصِباً وَمِنْهُمْ مَنْ أَخَذَتْهُ الصَّيْحَةُ وَمِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنَا بِهِ**

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 4/ ص 220

الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَنْ أَغْرَقْنَا ﴾ [العنكبوت: 40]، وقد توعد الله الأشقياء بالعذاب بدافع التنفس زفيراً و شهيقاً فقال تعالى: ﴿ **فَأَمَّا الَّذِينَ شَقُوا فَفِي النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ**﴾ [هود:106] .

يرى الباحث أن دافع التنفس من أهم الدوافع الفسيولوجية التي تلبي حاجات الجسد من الأكسجين ، وإذا كان الإنسان يصبر لأكثر من يوم على دافع الجوع، ويصبر لأقل منه في دافع العطش، فإن الإنسان لا يستطيع أن يصبر على دافع التنفس لدقائق معدودة، وهذا يوضح مدى اعتناء القرآن بهذا الدافع ومدى حاجة الإنسان له، فإن فقدان تلبية دافع التنفس تؤدي إلى الاختناق، ومن ثَم الضرر بالجهاز التنفسي وبقية الجسد وهذا يؤدي إلى الهلاك والموت.

و - دافع الإخراج:

وهذا الدافع لا يقل خطورة عن بقية الدوافع بل لعله يكون من أخطرها على الإنسان، إذ أن الإنسان بعد تناوله الطعام والشراب يحتاج إلى إخراج الفضلات الزائدة من بطنه، والتي هي سموم قاتلة يحرص الإنسان على إخراجها عن طريق أحد السبيلين، وأن لم تخرج هذه السموم يفزع الإنسان إلى الأطباء لإشباع حاجة هذا الدافع من بطن الإنسان، وقد بين القرآن الكريم مدى اعتنائه بهذا الدافع عندما أشار إلية في قضاء الحاجة في قولة تعالى: ﴿ **أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ**﴾ [النساء: 43 ، المائدة : 6]، وعدم خروج الفضلات يؤذي الجسد بسبب احتباسها، مما يؤدي إلى الفتك بالجهاز البولي، والتسبب في أمراض قد تتفاقم فتسبب أمراضاً مزمنة تؤثر على الصحة النفسية

2 دوافع المحافظة على بقاء النوع:

لقد خلق الله في الإنسان طبيعة الميل إلى الجنس الآخر، وحب الخلافة وأعمار الأرض من خلال التناسل والتزاوج عن طريق الجنس، وينتج عن هذا الدافع عاطفة الأبوة والأمومة.

ومن عناية القرآن بدوافع المحافظة على البقاء شرع الزواج كسبيل شرعي لإشباع حاجة هذا الدافع.

أ الدافع الجنسي:

" الدافع الجنسي وهو من أقوى الدوافع لدى الإنسان، وأكبرها أثراً في سلوكه، وصحته النفسية ، فهو يدفعه إلى التودد والتزاوج والتكاثر، ورغم أن هذا الدافع أولي إلا أننا نلاحظ أن العوامل النفسية الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في إثارة الشهوة الجنسية وإخمادها، وفي ضبطها وتوجيهها والتسامي بها وتحدد السلوك الجنسي وتضبطه وتقننه لتضمن سواءه "[1]

[1] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 39

ويقول الباحث: إن الله أودع في نفس الإنسان غريزة جنسية، يشبع الإنسان فيها شهوته ، ويرجو النسل.

ومن عناية القرآن بهذا الدافع، جعل الزواج سنه كونية للحفاظ على النوع البشري والحيواني، ولإشباع هذا الدافع عن طريق تؤمن للمجتمع والإنسان حياة مستقرة، فمن سنه الله في الكون كله التزاوج والتناسل من أجل البقاء قال تعالى: ﴿ **وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ** ﴾ [الذاريات:49].

والتناسل يكون في النباتات والأشجار والثمار فقال تعالى: ﴿ **وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ**﴾ [الرعد: 3].

والتناسل غريزة في الإنسان والأنعام، قال تعالى:﴿ **فَاطِرُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً وَمِنَ الْأَنْعَامِ أَزْوَاجاً يَذْرَأُكُمْ فِيهِ** ﴾[الشورى: 11]

وقد حث القرآن الكريم على الزواج لإشباع حاجة الدافع الجنسي عند الجنسين، ودافع الإنجاب فقال تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً** ﴾[النحل: 72]

يقول د. نجاتي: " والدافع الجنسي أساس تكوين الأسرة، حيث يسكن كل زوج إلى زوجه، فيشعر بالراحة والأمن والطمأنينة، وتنشأ عواطف المحبة والمودة والرحمة، مما يؤدي إلى استمرار الحياة الزوجية في وفاق وتعاون "[1]

ومن اعتناء القرآن الكريم بإشباع هذا الدافع أمر الله تعالى بالزواج فقال تعالى: ﴿ **وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ** ﴾ [النور: 32]، و جعله أساس الحياة الزوجية لأجل السكن والمودة والرحمة والذي يحقق الراحة النفسية ، فقال تعالى: ﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً** ﴾ [الروم: 21] أي: " ومن علاماته ودلالاته الدالة على البعث أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا من جنسكم في البشرية والإنسانية وقيل: المراد حواء فإنه خلقها من ضلع آدم لتألفوها وتميلوا إليها فإن الجنسين المختلفين لا يسكن أحدهما إلى الآخر ولا يميل قلبه إليه وجعل بينكم ودادا وتراحما بسبب عصمة النكاح يعطف به بعضكم على بعض من غير أن يكون بينكم قبل ذلك معرفة فضلا عن مودة ورحمة"[2]

[1] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص40

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 4/ ص219

ويرى الباحث أن بالزواج الذي حث عليه القرآن تتحقق الراحة النفسية، والتوازن العاطفي والجنسي للزوجين، فيشبع الزوجين الدافع الجنسي في كل وقت من ليل أو نهار، باستثناء ما حرمه الله كنهار رمضان أو في الاعتكاف أو الإحرام في الحج، أو العذر الشرعي للمرأة وما شابه ذلك.

ب **دافع الأبوة والأمومة:**

في طبيعة البشر حب الولد، وهذا بدافع حب البقاء والاستمرارية، وبقاء النسب في الحياة، وعاطفة الأبوة والأمومة ، لذا نجد الكثير من الآباء والأمهات يضحون من أجل أبنائهم ليؤمنوا لهم حياة طيبة وكريمة، ويمنعون الطعام والشراب عن أنفسهم ويقدموه لأبنائهم عن حب وسعادة ومن اعتناء القرآن الكريم بدافع الأبوة دعاء المؤمنين، قال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ** ﴾ [الفرقان: 74] أي: "أولادًا أبرارًا أتقياء، يقولون اجعلهم صالحين فتقر أعيننا بذلك"[1]

وسأل إبراهيم عليه السلام ربه الولد فقال : ﴿ **رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِين** ﴾[الصافات:100]

قال ابن كثير: "يعني: أولادا مطيعين"[2]

وسأل زكريا عليه السلام ربه داعياً : ﴿ **هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ**﴾[آل عمران:38] أي: " لما رأى زكريا ذلك وعلم أن القادر على الإتيان بالشيء في غير حينه قادر على الإتيان بالولد على الكبر وكان أهل بيته انقرضوا دعا زكريا ربه لما دخل المحراب للصلاة جوف الليل قال رب هب لي من عندك ولدا صالحا إنك سميع مجيب الدعاء "[3]

وهذا مما يبين عناية القرآن بدافع الأبوة ، ولقد استجاب الله لإبراهيم وزكريا لدعائهما بإجابة دافع البقاء والأبوة واستمرارية النسب والذرية فقال عن إبراهيم عليه السلام ﴿ **الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ**﴾[إبراهيم:39]

واستجاب لدافع الأبوة لزكريا عليه السلام فقال : ﴿ **يَا زَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيّاً**﴾ [مريم:7]

---

[1] - تفسير معالم التنزيل / البغوي / ج 3 / ص322

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4/ ص 17

[3] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي ، جلال الدين السيوطي / ص 63

وبدافع الأبوة سأل نوحعليه السلام ربه في أمر ولده إشفاقاً عليه وطلباً للرحمة ﴿**وَنَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنْتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِين**﴾ [هود:45]

وأما دافع الأمومة: "فإن الله خلق في طبيعة تكوين الأم دافعاً فطرياً يهيؤها للقيام برسالتها الهامة في الإنجاب لبقاء النوع، فهي تتحمل مشآق الحمل والولادة عن رضا، وتقوم بإرضاع طفلها ورعايته حتى يكبر ويعتمد على نفسه"[1]

يقول تعالى: ﴿ **وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَاناً حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهاً وَوَضَعَتْهُ كُرْهاً وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْراً**﴾[الأحقاف: 15]

يقول الباحث: ولقد ضرب القرآن الكريم مثلاً لاعتنائه بدافع الأمومة، وبعواطف الأم الجياشة ومدى تعلقها بطفلها وحرصها وحزنها عليه في قصه أم موسى عليه السلامفقال تعالى: ﴿ **وَأَوْحَيْنَا إِلَى أُمِّ مُوسَى أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلا تَخَافِي وَلا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكِ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِين** ﴾ [القصص:7].

ولما تألمت لفراقه ولم تصبر على بعده أرسلت أخته في إثره لتأتي بخبره، بعد أن أصبح قلبها خالياً من أي شاغل يشغلها عن ولدها ، وسيطر الخوف والقلق عليها فقال تعالى: ﴿ **وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَى فَارِغاً إِنْ كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلا أَنْ رَبَطْنَا عَلَى قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ وَقَالَتْ لِأُخْتِهِ قُصِّيهِ فَبَصُرَتْ بِهِ عَنْ جُنُبٍ وَهُمْ لا يَشْعُرُون** ﴾ [القصص:10 11] ثم كان من رحمة الله بها أن أعاده إليها سالماً معافىً فقال تعالى: ﴿ **فَرَدَدْنَاهُ إِلَى أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلا تَحْزَنَ** ﴾ [القصص: 13]

وكذا كل أم تحرص على ولدها وترعاه تلبية لدافع الأمومة حرصاً على بقاء الولد.

" إن الإنجاب ورعاية الأطفال وحضانتهم وإغداق العطف والحب والحنان يرضي في الوالدين دافع الوالديه "[2]

القسم الثاني: الدوافع النفسية الروحية:

"وهي الدوافع التي ترتبط بدوافع الإنسان النفسية والروحية.

فالدوافع النفسية يسميها علماء النفس المحدثون بالدوافع النفسية والاجتماعية، لأنها تشبع حاجات نفسية للفرد من جهة، ولأنها تظهر أثناء تنشئة الفرد الاجتماعية، نتيجة تفاعله الاجتماعي مع غيره من الناس من جهة أخرى.

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 40

[2] -الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 39

والدوافع الروحية هي دوافع ترتبط بالناحية الروحية في الإنسان، مثل دافع التـدين، وحـب الخير والحق والعدل، وكره الشر والباطل والظلم"[1]، ويذهب بعض علماء النفس المحدثين إلى أن الدوافع النفسية هي في غالبيتها مكتسبة وليست فطرية، نتيجة تفاعلها مع خبرات الفـرد وعوامل البيئة والثقافة التي يعيش فيها وتؤثر على تنشئته الاجتماعية ، وهم لا ينكرون وجود عناصر فطرية فيها"[2] وسيتناول الباحث من هذه الـدوافع: دافـع التـدين، ودافـع التملـك والسيطرة، ودافع التنافس، ودافع الانتماء، ودافع العدوان .

1 دافع التدين:

الإنسان فيه ميل فطري تجاه التدين والانقياد لمعبود، فهو يشعر بدافع يدفعه تجاه إله يتخـذه ويعبده ويهتدي إليه، وقد اعتنى القرآن الكريم بهذا الدافع في البحث عن الإلـه ليـدين لـه بالطاعة وهو الإله الحق في قصة إبراهيم عليه السلام وذلك في قولة تعالى: ﴿ **وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ لِأَبِيهِ آزَرَ أَتَتَّخِذُ أَصْنَامًا آلِهَةً إِنِّي أَرَاكَ وَقَوْمَكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ الْآفِلِينَ فَلَمَّا رَأَى الْقَمَرَ بَازِغًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَئِنْ لَمْ يَهْدِنِي رَبِّي لَأَكُونَنَّ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بَازِغَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قَالَ يَا قَوْمِ إِنِّي بَرِيءٌ مِمَّا تُشْرِكُونَ إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ وَحَاجَّهُ قَوْمُهُ قَالَ أَتُحَاجُّونِّي فِي اللَّهِ وَقَدْ هَدَانِ وَلَا أَخَافُ مَا تُشْرِكُونَ بِهِ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ رَبِّي شَيْئًا وَسِعَ رَبِّي كُلَّ شَيْءٍ عِلْمًا أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ وَكَيْفَ أَخَافُ مَا أَشْرَكْتُمْ وَلَا تَخَافُونَ أَنَّكُمْ أَشْرَكْتُمْ بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنَزِّلْ بِهِ عَلَيْكُمْ سُلْطَانًا فَأَيُّ الْفَرِيقَيْنِ أَحَقُّ بِالْأَمْنِ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ**﴾ [الأنعام : 74 82]

فهذه الآيات تدلل على اعتناء القرآن بدافع التدين والإيمان والبحث عنه، من أجل التوجه إلية بالعبادة والتوسل والتوكل ، وهذا الدافع فطر الله الخلق عليه ، وغرسه فـي نفوسـهم فقـال تعالى: ﴿ **فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ**﴾ [الروم: 30]، فهذا الدين الذي ارتضاه الله لخلقه أن يستقيموا عليـه ويتمسكوا به، وجعل في طبيعتهم الاستعداد لهذه الفطرة السليمة، وأخذ عليهم العهد وهم فـي

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 42 بتصرف

[2] - النفس المطمئنة / د سيد مرسي / ص 73

عالم الذر في ظهر آدم عليه السلام فأقروا على ذلك ﴿ **وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا** ﴾ [الأعراف: 172]

وهذا العهد يدلل على عناية القرآن الكريم بدافع التدين عند الإنسان، فمنهم من يهتدي إلى الإله الحق ، ومنهم من يضل الطريق.

" ومن العوامل التي تساعد على إيقاظ وبعث دافع التدين في الإنسان، ما يحيط به من أخطار تهدد حياته وأمنه، فيلجأ إلى الله بدافعه الفطري طلباً للمعونة والنجدة فيقول تعالى: ﴿ **هُوَ الَّذِي يُسَيِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّى إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلْكِ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِنْ أَنْجَيْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ** ﴾ [يونس:22] ويقول: ﴿ **قُلْ مَنْ يُنَجِّيكُمْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعاً وَخُفْيَةً لَئِنْ أَنْجَانَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ**﴾[الأنعام:63] فالإنسان عندما يشعر بحالات الخطر التي تحدق به يسارع إلى طلب النجدة والمعونة والاستغاثة بقوة أسمى وأقوى وأعظم منه ، إنما يدل على أن الدين فطري في طبيعة الإنسان "[1]

2 دافع التملك والسيطرة :

" دافع التملك من الدوافع النفسية التي يتعلمها الإنسان أثناء تنشئته الاجتماعية، فهو يتعلم منذ طفولته أن يمتلك ويحافظ على ألعابة وأدواته ، ولا يسمح لغيره من الأطفال أن يأخذها منه، ثم يتطور حبه للتملك من خلال خبراته الشخصية في مراحل نموه المختلفة "[2]

فغالباً ما يكون هذا الدافع مكتسباً ، حيث يتأثر الإنسان بالبيئة والمجتمع الذي يعيش فيه، فتتعلق نفسه بحب تملك أشياء والسيطرة عليها ، كحب تملك المال والعقارات والنساء والأنعام والأراضي كما قال تعالى: ﴿ **زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا** ﴾[آل عمران: 14]، فتتعلق نفس الإنسان بحب تملك هذه الأشياء والسيطرة عليها ،ودافع السيطرة هو الحاجة إلى تحصيل مكانة مرتفعة داخل الجماعة وفرض حاجات الفرد على الآخرين وتحقيق القوة والسيطرة عليهم"[3].

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د محمد نجاتي / ص 51،52

[2] - النفس المطمئنة / د سيد مرسي / ص75

[3] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 40

ومن أمثلة حب الجاه والرياسة للسيطرة على الغير وتملكه مثل فرعون فقال تعالى: ﴿ **وَنَادَى فِرْعَوْنُ فِي قَوْمِهِ قَالَ يَا قَوْمِ أَلَيْسَ لِي مُلْكُ مِصْرَ وَهَذِهِ الْأَنْهَارُ تَجْرِي مِنْ تَحْتِي أَفَلَا تُبْصِرُونَ أَمْ أَنَا خَيْرٌ مِنْ هَذَا الَّذِي هُوَ مَهِينٌ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ فَلَوْلَا أُلْقِيَ عَلَيْهِ أَسْوِرَةٌ مِنْ ذَهَبٍ أَوْ جَاءَ مَعَهُ الْمَلَائِكَةُ مُقْتَرِنِينَ**﴾ [الزخرف : 50 - 53]

"ودافع التملك هو الميل والرغبة في الامتلاك الشخصي والحصول على الأشياء أو خيرات مفيدة كالثروة والممتلكات "[1] ، وقد ذكر القرآن الكريم من صور دافع التملك حب تملك المال فقال تعالى:﴿ **الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا**﴾ [**الكهف: من الآية46**] وقال تعالى:

﴿ **وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبّاً جَمّاً**﴾ [الفجر:20] "والمراد إنكم تحبونه مع حرص وشره"[2] .

ويقول النبيﷺ : **(قلب الشيخ شاب على حب اثنتين: طول الحياة، وكثرة المال)[3].**

ومن حبه لهذا الدافع يخشى الإنسان هلكة المال بالإنفاق، فيمسك عن الصدقة والزكاة والسخاء ويمنع المال قال تعالى: ﴿ **قُلْ لَوْ أَنْتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَائِنَ رَحْمَةِ رَبِّي إِذاً لَأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ الْأِنْفَاقِ وَكَانَ الْأِنْسَانُ قَتُوراً**﴾ [الإسراء:100] "وهي صورة بالغة للشح"[4]

وحب المال ليس سيئاً أو حراماً، ولكن يجب أن يستثمر في أبواب الخير، وإخراج حق الفقير والمسكين منه، والإنفاق في سبيل إعلاء كلمة الله، وهذا الدافع يكتسبه الإنسان من خلال بيئته ومجتمعة وتربيته.

وللإنسان الحق في تملك هذه الخيرات والممتلكات ولكن لا بد أن تكون مشروعه وعن طريق مشروعه ويؤدي ما عليه فيها.

3 دافع التنافس:

وهناك نوعان من التنافس : النوع الأول: التنافس في ميادين الخير، النوع الثاني: التنافس في ميادين الشر ولقد اعتنى القرآن الكريم بدافع التنافس في الخير فقال تعالى: ﴿ **فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ**﴾ [البقرة: 148] وقال: ﴿ **وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ** ﴾ [آل عمران:133]، وقال: ﴿ **سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ**

---

[1] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 40

[2] - تفسير الألوسي / ج 10/ ص 162

[3] - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح2338/ ج4 / ص 299 / ك الزهد/ ب ما جاء في قلب الشيخ شاب على حب اثنتين/ حسن صحيح

[4] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص 2252

مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أُعِدَّتْ لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ ﴾ [الحديد: 21] يقول سيد قطب: "يدعوهم إلى السباق في ميدان السباق الحقيقي، للغاية التي تستحق السباق الغاية التي تنتهي إليها مصائرهم والتي تلازمهم بعد ذلك في عالم البقاء فليس السباق إلى إحراز اللهو واللعب والتفاخر والتكاثر بسباق يليق بمن شبوا عن الطوق، وتركوا عالم اللهو واللعب للأطفال والصغار إنما السباق إلى ذلك الأفق، وإلى ذلك الهدف، وإلى ذلك الملك العريض: جنة عرضها كعرض السماء والأرض"[1] .

فهذه هي الميادين التي يُلبى فيها دافع التنافس، وهي التي يكون فيها الفوز الحقيقي قال تعالى: ﴿ **وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ** ﴾[المطففين: 26]

وهناك مجالات كثيرة لإشباع دافع التنافس، كالمنافسات العلمية والسياسية والاقتصادية والرياضية وغير ذلك من ألوان التنافس بين البشر، ولكن الميدان الحقيقي الذي اعتنى به القرآن الكريم لإشباع دافع التنافس هو التنافس في مجالات الخير عموماً.

4 - دافع الانتماء:

وهذا الدافع متأصل في نفس الإنسان ، كدافع الانتماء إلى الوطن أو القوم ، أو العائلة ، أو الدين ، ولقد اعتنى القرآن الكريم بتوجيه هذا الدافع إلى الإيمان بالله ورسوله فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَتَّخِذُوا آبَاءَكُمْ وَإِخْوَانَكُمْ أَوْلِيَاءَ إِنِ اسْتَحَبُّوا الْكُفْرَ عَلَى الْأِيمَانِ وَمَنْ يَتَوَلَّهُمْ مِنْكُمْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ، قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ** ﴾[التوبة:23 24].

ومن اهتمام القرآن واعتنائه بهذا الدافع ، أن وجه المسلمين إلى الانتماء إلى الأمة الإيمانية على مر العصور من لدن آدم ومروراً بالأنبياء ووصولاً إلى نبينا الكريم فقال تعالى: ﴿ **إِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاعْبُدُونِ**﴾[الأنبياء:92] ﴿ **وَإِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاتَّقُونِ**﴾ [المؤمنون:52]، فالانتماء لا يكون إلا لأمة الإسلام المتمثلة في قافلة الأنبياء جميعاً وأتباعهم، ثم للمؤمنين الصادقين فقال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ رَاكِعُونَ** ﴾ [المائدة:55] .

---

[1] - المرجع السابق / ج 6/ ص3492

ونهى عن إشباع دافع الانتماء بما نهى الله عنه من انتماء أو ولاء للكفار أو غير المسلمين فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَتَوَلَّوْا قَوْماً غَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ قَدْ يَئِسُوا مِنَ الْآخِرَةِ كَمَا يَئِسَ الْكُفَّارُ مِنْ أَصْحَابِ الْقُبُورِ**﴾ [الممتحنة:13] ، قال الشوكاني: "هم جميع طوائف الكفر"[1]

5 دافع العدوان:

" العدوان غريزة أو مبدأ متخيل يحركه سلسلة من الأفعال والانفعالات "[2]

ويسميه د.زهران بدافع المقاتلة: " وهذا الدافع يكتسب من خلال البيئة التي يعيش فيها الفرد نتيجة احتكاكه بالجماعة التي يعيش فيها، بما يتضمنه من إحباط وقمع وصراع، وسلوك المقاتلة عن طريق العنف الجسمي والتخريب والتحطيم، وقد يستعاض بالتهكم أو الهجاء "[3]

وهذا الدافع يظهر في الغالب تجاه الناس للإساءة إليهم أو إلحاق الضرر بهم ، ومنه ما يكون بسبب ومنه ما لا يكون بسبب، ومنه الدافع العدائي المحمود ومنه الدافع العدائي المذموم

أ - دافع العدوان المحمود :

قال تعالى: ﴿**فَلا عُدْوَانَ إِلَّا عَلَى الظَّالِمِين** ﴾[البقرة: 193] أي "لا تعتدوا إلا على من ظلم وهو من لم ينته عن الفتنة ولم يدخل في الإسلام وإنما سمي جزاء الظالمين عدوانا مشاكله"[4]

ومنه دفع الظلم عن النفس كقوله تعالى: ﴿ **فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَااعْتَدَى عَلَيْكُمْ** ﴾ [البقرة: 194].

ويكون في عداء الإنسان للشيطان أو الكفار أو المنافقين أو المفسدين الذين يهلكون الحرث والنسل، فيقول تعالى في حثه على عداء الشيطان:﴿**إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوّاً** ﴾ [فاطر: 6]، وحذر القرآن من تتبع الشيطان وأظهر حقيقة عداوته للإنسان فقال تعالى:

﴿ **وَلا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ**﴾ [البقرة: 168]

وبَين عداوته للأنبياء فقال تعالى: ﴿ **وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوّاً شَيَاطِينَ الْأِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُوراً**﴾[الأنعام: 112]، وقال:﴿ **وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوّاً مِنَ الْمُجْرِمِينَ** ﴾ [الفرقان: 31]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص217

[2] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. محمد عبد العال / ص108

[3] - الصحة النفسية والعلاج النفسي / د. حامد زهران / ص 40

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص191

وقد حث القرآن على عداء الكافرين فقال تعالى: ﴿ **مَنْ كَانَ عَدُوّاً لِلَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَرُسُلِهِ وَجِبْرِيلَ وَمِيكَالَ فَإِنَّ اللَّهَ عَدُوٌّ لِلْكَافِرِينَ** ﴾ [البقرة:98]

وهذا الدافع حث علية القرآن وأمر بضرورته ، وهو مؤشر يدل على صدق الإيمان.

ب - دافع العدوان المذموم:

وهو ما كان تجاه المسلمين ، أو تعدي على حقوق الغير بالظلم والجور، وقتل النفس وقد نهى القرآن عن الاستجابة لهذا الدافع فقال تعالى:﴿ **وَلا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ** ﴾ [البقرة: 190] ويقول: ﴿ **وَلا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآنُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا** ﴾ [المائدة: 2]

وأمر القرآن الكريم بالتعاون على البر والتقوى ونهى عن التعاون بالإثم والعدوان لنبذ هذا الدافع فقال تعالى: ﴿ **وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلا تَعَاوَنُوا عَلَى الْأِثْمِ وَالْعُدْوَانِ** ﴾ [المائدة: 2]

صور العدوان المذموم

أ. العدوان القولي :

هو ما يتعلق بالأقوال والألفاظ النابية، كالشتائم والسباب، أو السخرية والاستهزاء، أو الغيبة والنميمة، أو قول الزور...وغير ذلك.

وهذا العدوان القولي قد نهى القرآن الكريم عنه فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْراً مِنْهُمْ وَلا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْراً مِنْهُنَّ وَلا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْأِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيراً مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلا تَجَسَّسُوا وَلا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضاً أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتاً فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ**﴾[الحجرات:11 12]

يقول سيد قطب : " إن المجتمع الفاضل الذي يقيمه الإسلام بهدى القرآن مجتمع له أدب رفيع ولكل فرد فيه كرامته التي لا تمس . وهي من كرامة المجموع"[1].

ويقول تعالى: ﴿ **وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَةٍ**﴾[الهمزة:1]

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6 / ص3344

" الهمزة واللمزه: نمطان من الأنماط النفسية للشخصية، ينفرد بهما القرآن ضمن ما نسميه بعلم النفس الإسلامي، والهمزة : الفتان، واللمزه العياب، أو أن الهمزة: الذي يغتاب ويطعن الناس في وجوههم، واللمزه: الذي يغتابهم من خلفهم "[1]

ويرى الباحث أن هذه الآفات التي كثيراً ما يتلوث اللسان بها، والتي تشكل العدوان اللفظي والقولي الكريه من سخرية ولمز و تنابز بالألقاب، والظن والتجسس والغيبة هي مرفوضة دينياً وأخلاقياً واجتماعياً، لما تسببه من بغض وكره في المجتمعات وفي النفوس، وما تنتج عنه من أضرار مختلفة ومتنوعة من المشاكل والمعوقات.

ب العدوان الفعلي:

وهو ما يتعلق بالاعتداء على البدن بالضرب أو الحرق أو الجرح أو القتل، وهذا العدوان أشر أنواع العدوان وهو الذي وقع فيه قابيل بقتل أخيه وذلك في قوله تعالى: ﴿ **قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِين** ﴾ [المائدة: 27]، وزينت له نفسه قتل أخيه فقتله كما قال تعالى: ﴿ **فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ** ﴾ [المائدة: 30]

ولعناية القرآن بخطر هذا العدوان حذر القرآن من قتل النفس أو الاعتداء عليها، قال تعالى: ﴿**وَلا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ**﴾ [النساء: 29] قال الطبري: " ولا يقتل بعضكم بعضًا، وأنتم أهل ملة واحدة، ودعوة واحدة، ودين واحد فجعل جل ثناؤه أهل الإسلام كلهم بعضَهم من بعض وجعل القاتل منهم قتيلا في قتله إياه منهم بمنزلة قَتله نفسه"[2]

ثانياً: منهج القرآن في السيطرة على الدوافع:

1 السيطرة على الدوافع الفسيولوجية:

يقول الباحث: القرآن لا يطالبنا بكبت دوافعنا الفطرية أو حرمانها، أو التنكر لها، ولكنه يدعو إلى إشباعها بالحلال، والسيطرة على هذه الدوافع والتحكم بها، وتوجيهها توجيهاً سليماً، بحيث يسيطر الإنسان على دوافعه، لا أن تسيطر دوافعه عليه ، فيفسد حياته ومجتمعه، لذا كان التوجيه القرآني للسيطرة على الدوافع وتنظيمها من خلال:

تلبية حاجة دافع الجوع بالأكل الحلال ومن السعي الحلال فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلالاً طَيِّباً وَلا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ** ﴾[البقرة: 168]، وقال : ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ** ﴾[البقرة: 172] يعني:

---

[1] - موسوعة القرآن العظيم / د. عبد المنعم الحفني / ج 2/ ص1786

[2] - جامع البيان/ الطبري / ج 3 / ص 2262

"اطعَموا من حَلال الرزق الذي أحللناهُ لكم، فطاب لكم بتحليلي إياه لكم، مما كنـــتم تحرِّمـــونَ أنتم، ولم أكن حرمته عليكم، من المطاعم والمشارب"[1].

وأمر بالتوسط والتوازن في الأكل والشرب حفاظاً على الصحة العامة فقال تعالى: ﴿ **وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِين** ﴾[الأعراف: 31] قال الـشوكاني: "أمـر الله سبحانه عباده بالأكل والشرب ونهاهم عن الإسراف فلا زهد في تـرك مطعـم ولا مـشرب وتاركه بالمرة قاتل لنفسه ... ومن الإسراف الأكل لا لحاجة وفي وقت شبع "[2].

وحث على الإطعام للمحتاجين والجائعين لسد حاجاتهم وإشباع دافع الجوع عنـدهم، وعـاب على من منع الإطعام فقال تعالى: ﴿ **وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ أَنْفِقُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ قَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنُطْعِمُ مَنْ لَوْ يَشَاءُ اللَّهُ أَطْعَمَهُ إِنْ أَنْتُمْ إِلَّا فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ**﴾[يّــس:47] يقول سيد قطب: " يعالج الإسلام الحالات الفردية الضرورية بخروج أصحاب الثراء عـن قدر من مالهم يعود على الفقراء ويكفل طعامهم وضرورياتهم وبهذا القدر تـصلح نفـوس كثيرة من الفقراء والأغنياء سواء فقد جعله الإسلام زكاة، وجعل في الزكاة معنى الطهـارة وجعلها كذلك عبادة"[3]

والسيطرة على دافع البرودة والحرارة باللباس الحلال وبناء البيت والمسكن فقال تعـالى: ﴿ **يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْـرَبُوا وَلا تُـسْرِفُوا إِنَّـهُ لا يُحِـبُّ الْمُسْرِفِينَ قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ** ﴾ [الأعراف: 31 32] "والزينة ما يتزين به الإنسان من ملبوس أو غيره من الأشياء المباحة كالمعادن التي لم يرد نهي عن التزين بهـا والجواهر ونحوها وقيل: الملبوس خاصة ولا وجه له بل هو من جملة ما تشمله الآية فـلا حرج على من لبس الثياب الجيدة الغالية القيمة إذا لم يكن مما حرمه الله ولا حرج على من تزين بشيء من الأشياء التي لها مدخل في الزينة ولم يمنع منها مانع شرعي ومن زعم أن ذلك يخالف الزهد فقد غلط غلطا بينا "[4]

وللسيطرة على الدافع الجنسي أمر القرآن بالزواج وحض علية كوسيلة مـشروعة لإشـباعه فقال تعالى: ﴿ **وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ** ﴾ [النـور: 32]

---

[1] - نفس المرجع / ج 1 / ص834

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص200

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 5/ ص2971

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص200

وأحل لمن كانت عنده طاقة جنسية أكبر، ولا تلبي الزوجة الواحدة له حاجته الجنسية، الزواج بأكثر من واحدة للسيطرة على هذا الدافع، لئلا يقع في قضائه بالحرام ، وهذا مع القدرة لكل متعلقات الزواج فقال تعالى : ﴿ **وَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُقْسِطُوا فِي الْيَتَامَى فَانْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلاثَ وَرُبَاعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ذَلِكَ أَدْنَى أَلَّا تَعُولُوا**﴾[النساء:3].

ولتلبية الدافع الجنسي أباح القرآن للزوج أن يتمتع بزوجه كيف شاء ما لم يأتها فيما حرمه الله الدبر والحيض والنفاس فقال تعالى:﴿**نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ** ﴾ [البقرة: 223]

وللسيطرة على الدافع الجنسي في حال عدم القدرة على الزواج حث القرآن على العفاف فقال تعالى: ﴿ **وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدُونَ نِكَاحاً حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ** ﴾[النور: 33] " هذا أمر من الله تعالى لمن لا يجد تزويجًا بالتعفف عن الحرام "[1] وذلك عن طريق الصبر و الصيام حيث نصح النبي الشباب بالزواج والذي لا يستطيع أمره بالصوم فقال النبيﷺ : **(يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج ، فإنه أغض للبصر ، وأحصن للفرج فمن لم يستطع فعلية بالصوم فإنه له وجاء)**[2]

2 - السيطرة على الدوافع النفسية والروحية:

للسيطرة على دافع التدين وضح القرآن طريق السيطرة على هذا الدافع وذلك من خلال الإيمان بالله وأركان الإيمان والتوجه الخالص إلى الله بالعبادة الخالصة﴿ **قُلْ إِنَّنِي هَدَانِي رَبِّي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ دِيناً قِيَماً مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفاً وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ** ﴾ [الأنعام:161 163]

" يقول الله تعالى آمرًا نبيه ﷺ أن يخبر بما أنعم الله به عليه من الهداية إلى صراطه المستقيم، الذي لا اعوجاج فيه ولا انحراف دينًا قائمًا ثابتًا، ﴿ **مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ**﴾ "[3]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص349

[2] - صحيح البخاري/ البخاري/ ح1905/ ج 2 / ص 37 / ك الصوم/ ب الصوم لمن خاف على نفسه الغربة

[3] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2 / ص267

والسيطرة على دافع التملك والسيطرة تكون بالتملك المشروع وجمعها من الحلال واستخدامها في وجوه الخير والحق، وكذلك السيطرة بالزهد في الدنيا وطلب ما عند الله، لأن ممتلكات الدنيا كلها فانية ، وأما ملك الجنة فلا يفنى فقال تعالى: ﴿ **زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ، قُلْ أَؤُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ** ﴾[آل عمران: 15]

يقول سيد قطب: " وهذا المتاع الأخروي الذي تذكره الآية هنا ويؤمر الرسول - صلى الله عليه وسلم - أن يبشر به المتقين، هو نعيم حسي في عمومه ولكن هنالك فارقاً أساسياً بينه وبين متاع الدنيا إنه متاع لا يناله إلا الذين اتقوا، الذين كان خوف الله وذكره في قلوبهم وشعور التقوى شعور مهذب للروح والحس جميعاً شعور ضابط للنفس أن تستغرقها الشهوات، وأن تنساق فيها كالبهيمة فالذين اتقوا ربهم حين يتطلعون إلى هذا المتاع الحسي الذي يبشرون به يتطلعون إليه في شفافية مبرأة من غلظة الحس**!** وفي حساسية مبرأة من بهيمية الشهوة**!** ويرتفعون بالتطلع إليه - وهم في هذه الأرض - قبل أن ينتهي بهم المطاف إلى قرب الله وفي هذا المتاع النظيف العفيف عوض كامل عن متاع الدنيا "[1]

وهذا هو الملك الحقيقي السرمدي الذي لا يبيد ولا يفنى.

ويقول النبي ﷺ: **(إنه لا بأس بالغنى لمن اتقى، والصحة لمن اتقى خير من الغنى، وطيب النفس من النعم)[2].**

فلا مانع من الغنى إذا ارتبط بالتقوى، وأشار قول النبيﷺ إلى أن الصحة مقدمة على المال. وللسيطرة على دافع التنافس فقد حث القرآن الكريم على توجيه هذا الدافع إلى التنافس في مجالات الخير فقال : ﴿ **فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ** ﴾[البقرة: 148] ، وحث على التنافس في الوصول إلى الجنة فقال تعالى : ﴿ **وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ** ﴾[المطففين: 26]

وللسيطرة على دافع الانتماء فقد حث القرآن الكريم على توجيهه إلى الله ورسوله والمؤمنين فقال: ﴿ **إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ**

---

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج1/ ص375

[2] ـ الأدب المفرد / البخاري / ح301/ ص80/ البخاري / دار الحديث/2005م

وَهُمْ رَاكِعُون ﴾ [المائدة:55] قال الشوكاني: " لما فرغ سبحانه من بيان من لا تحل موالاته بَين من هو الولي الذي تجب موالاته"[1]، أي عليكم بموالاة الله رسوله والمؤمنين.

وأمر بالتنصل من كل ولاء لا يقوم على الإيمان بالله ورسوله فقال تعالى: ﴿ **لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْأِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُون** ﴾ [المجادلة:22]

أي: " من الممتنع أن تجد قوماً مؤمنين يوالون المشركين والمراد أنه لا ينبغي أن يكون ذلك وحقه أن يمتنع ولا يوجد بحال مبالغة في الزجر عن مجانبة أعداء الله ومباعدتهم والاحتراز عن مخالطتهم ومعاشرتهم"[2].

ويتبين من ذلك بضرورة إشباع دافع الانتماء بالانتماء إلى الله ورسوله والمؤمنين ولا يُشبع بأي حال بالانتماء لغيرهم

وللسيطرة على دافع العدوان وهو لجم النفس عن الانحدار وراء العداء الذي يشعل نار الحقد والضغينة في النفس البشرية، فحث على الاعتداء على من اعتدى علية بمثله، وربط السيطرة على هذا الدافع بالتقوى، فقال تعالى: ﴿ **فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا اعْتَدَى عَلَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّه** ﴾[البقرة: 194]

وما أجمل مواجهة العدوان والأذى بالصبر مع التقوى حيث قال تعالى: ﴿ **لَتُبْلَوُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذىً كَثِيراً وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُور**﴾[آل عمران:186]

والسيطرة على دافع العدوان تكون بالعفو والصفح والمغفرة مع المسلمين عند المقدرة، وهو الأفضل والأقوم قال تعالى: ﴿ **وَجَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لا يُحِبُّ الظَّالِمِين** ﴾ [الشورى:40].

وللسيطرة على دافع العدوان القولي، أمر بحفظ اللسان وشغله بذكر الله وتلاوة القرآن، بدلاً من التهجم على أعراض الناس، وحث على التلفظ بالحسنى فقال تعالى: ﴿ **وَقُولُوا لِلنَّاسِ**

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج2/ ص51

[2] - تفسير النسفي / النسفي / ج 4 / ص237

حُسْناً ﴾ **[البقرة: 83]** ، **وقال:** ﴿ **وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوّاً مُبِيناً**﴾ [الإسراء:53]

يقول د محمد نجاتي: " إن إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية من عوامل بناء الإنسان، وحفظ نوعه، لكنه - أي الإشباع - لا ينمي الشخصية السوية ولا يحقق الصحة النفسية، إلا إذا تم في ضوء المبادئ الآتية:

1 أن يكون إشباع الحاجات الصحية بالمشروع ﴿ **يَأَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلالاً طَيِّباً** ﴾ [البقرة: 168] .

2 أن يكون إشباع الحاجات الصحية وسيلةً لا غايةً: فالإنسان يشبع حاجاته ليحمي حياته ويحفظ سلالته لذا دعا الإسلام المسلمين إلى تنظيم حاجاتهم، والسيطرة عليها فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلا أَوْلادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ** ﴾ [المنافقون:9].

3 قمع الحاجات غير الصحية: لأنها خبائث حرمها الله يقول تعالى: ﴿ **وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ** ﴾[الأعراف: 157] كالتدخين والخمر والميتة، وقمع مشاعر العداوة والحقد والضغينة ومنها قوله تعالى: ﴿ **قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّيَ الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَالْإِثْمَ وَالْبَغْيَ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَأَنْ تُشْرِكُوا بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنَزِّلْ بِهِ سُلْطَاناً وَأَنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لا تَعْلَمُونَ** ﴾ [الأعراف:33].

4 إشباع الحاجات الصحية بالحلال دون الحرام إلا في حالات الهلكه أو الإكراه ﴿ **فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلا عَادٍ فَلا إِثْمَ عَلَيْهِ** ﴾[البقرة:173]

5 عدم الإفراط في إشباع الحاجات الصحية: لأن الإشباع الزائد كالحرمان في الإيذاء الجسمي والنفسي للصحة النفسية، لذا وصف القرآن عباد الرحمن وهم في قمة الصحة النفسية بأنهم قوم معتدلون لا يسرفون ولا يقترون فقال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً**﴾ [الفرقان:67] **.**

6 لا يستطيع الإنسان إشباع جميع حاجاته في الحياة، فليس كل ما يتمناه المرء يدركه ، إما لقصور الإمكانات المادية أو المعنوية"[1]

[1] - انظر الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام / د. محمد عودة محمد، د. كمال مرسي / ص 111 - 115 بتصرف

المطلب الثاني

عناية القرآن بانفعالات الجسد والسيطرة عليها

يقول تعالى: ﴿ **لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ**﴾ [البلد:4]

قال الشوكاني: "الإنسان لا يزال في مكابدة الدنيا ومقاساة شدائدها حتى يموت"[1].

وقال سيد قطب:" في مكابدة ومشقة، وجهد وكد، وكفاح وكدح...إنه الكبد طبيعة الحياة الدنيا تختلف أشكاله وأسبابه ولكنه هو الكبد في النهاية فأخسر الخاسرين هو من يعاني كبد الحياة الدنيا لينتهي إلى الكبد الأشق الأمرّ في الأخرى، وأفلح الفالحين من يكدح في الطريق إلى ربه ليلقاه بمؤهلات تنهي عنه كبد الحياة، وتنتهي به إلى الراحة الكبرى في ظلال الله .

وفي الأرض ذاتها بعض الجزاء على ألوان الكدح والعناء إن الذي يكدح للأمر الجليل ليس كالذي يكدح للأمر الحقير ليس مثله طمأنينة بال وارتياحاً للبذل، واسترواحاً بالتضحية "[2].

يقول الباحث: وهذا يعني أن الإنسان في انفعالات متتالية ومستمرة طيلة حياته بسبب هذه المكابدة والمشقة والجهد والكد والكفاح والكدح حتى الممات، وقد تناول القرآن الكريم العديد من الانفعالات التي يشعر بها الإنسان، نتيجة لبعض المواقف الحياتية التي يتعرض لها في بيته أو وظيفته أوعمله، وهذه المواقف تُحدث حالة من الانفعال لدى الإنسان نفسياً وجسمياً بسبب أشياء تهمه في هذه المواقف، وقد بَين القرآن كيفية السيطرة على هذه الانفعالات، وتوجيهها التوجيه السليم، ليحافظ على النفس البشرية من الانحراف والانزلاق.

أولاً : عناية القرآن بانفعالات الجسد:

والانفعال هو: "حالة التوتر في الكائن الحي المصحوب بتغيرات فسيولوجية داخلية وتغيرات حركية أو لفظية خارجية كانفعال الغضب - وتزداد شدة التوتر أو الانفعال كلما تعرض الفرد لمنبهات مفاجئة لم يستعد لها بنمط معين من الاستجابة، وكذلك المواقف التي يزداد فيها الخطر على ذاته الجسمية أو النفسية كانفعال الخوف - أو عند تحقق الأهداف الجوهرية كانفعال الفرح - أو عند إثارة الدوافع أو عند إشباعها كدافع الجنس والجوع .

والمكونات الانفعالية في الشخصية تتكون من : العواطف، والعقد، والاتجاهات العقلية، والميول، والمزاج والسمات الانفعالية "[3]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص443

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3909

[3] - الصحة النفسية / أ. سفيان إسماعيل مطر / مكتبة الطالب الجامعي بالكلية الجامعية / ط1 /2008م/ ص 67

أ - العواطف: وهي ترتبط بالسرور حال الحب، وبالألم حال الكرة.

ب - العُقد: وهي حالات انفعالية مؤلمة لا شعورية وهي متنوعة ومتعددة ومنها عقدة الذنب والحسرة، والحزن، والضيق.

ج - الاتجاهات: الاتجاه هو: " استجابة عامة عند الفرد إزاء موضوع معين، فالاتجاه يشير إلى التوجه الإدراكي والاستعداد للاستجابة إزاء موضوع معين .

وهو حالة من الاستعداد العقلي والعصبي التي تكونت خلال التجارب والخبرات السابقة التي مر بها الفرد"[1] .

ويرى الباحث أن الاتجاهات هي استعدادات نفسية وعقلية وقد تكون دنيوية أو أخروية لقوله تعالى: ﴿ **وَلِكُلٍّ وِجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّيهَا فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ** ﴾[البقرة: 148] ويجب أن تكون الاتجاهات صحيحة، ويتم توجيه النفس نحو الخير فيها كما قال تعالى عن إبراهيمعليه السلام: ﴿ **إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفاً وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِين** ﴾[الأنعام:79]

والاتجاه المراد من النفس حتى تنجو وتفلح هو التوجه لله وحده فقال تعالى: ﴿ **بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُون** ﴾ [البقرة:112].

د - الميول: الميل هو" العدول عن الوسط، وهو حالة معقدة من الوجدانيات، أو هو نوع من الخبرة الوجدانية تستحق اهتمام صاحبها ما ترتبط بانتباهه إلى موضوع معين ويصاحبها عمل ما "[2]

ويقول الباحث أن الميل قد يكون إلى طرف على حساب طرف آخر فيه ظلم كقوله تعالى : ﴿ **فَلا تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ فَتَذَرُوهَا كَالْمُعَلَّقَة** ﴾[النساء: 129]، أو الزيغ عن الحق كقوله تعالى: ﴿ **وَاللَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْكُمْ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مَيْلاً عَظِيماً**﴾[النساء:27]، وقد يكون الميل بالتعلق الدائم بأمر معين و الاعتناء المستمر به كالهوايات(القراءة، والرياضة، والسفر...وغيرها) .

هـ - **المزاج**: كأن يكون متقلباً أو متبلداً أو منبسطاً، أو حاداً.

ويرى الباحث وجود علاقة متداخلة بين الأحاسيس والمشاعر والعواطف والانفعالات.

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد العال / ص148

[2] - المرجع السابق / ص136

وسيتعرض الباحث لبعض العواطف والمشاعر والانفعالات التي اعتنى بها القرآن، وكيفية السيطرة عليها ومنها:

1 - عناية القرآن بالعواطف:

فقد اعتنى القرآن الكريم بالعواطف الإنسانية، حيث أن الله سبحانه خلقها في الإنسان، بل فَطَره عليها، ومنها: عاطفة الأمومة والأبوة والأخوة ، والمودة والرحمة ... وغير ذلك.

والعواطف تكون" نتيجة مواقف يتكرر ارتباطها بالسرور ينتج عنها عاطفة الحب، والمواقف التي يتكرر ارتباطها بالألم ينتج عنها عاطفة الكره"[1].

أ **عاطفة الأمومة** :

وهو الميل القلبي للأم تجاه ولدها، وتعلقها به حباً وشغفاً وحرصاً، كقوله تعالى عن أم موسى: ﴿ **وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَى فَارِغاً إِنْ كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلا أَنْ رَبَطْنَا عَلَى قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِين** ﴾ [القصص:10]

ب **عاطفة الأبوة:**

وفيها تمني الخير والسلامة لولده والنجاة من كل مكروه كعاطفة نوح عليه السلام تجاه هلاك ولده فقال تعالى: ﴿ **وَنَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنْتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِين** ﴾[هود:45]

وعاطفة يعقوب عليه السلام تجاه فقدان ولديه وحزنه على فقدان يوسف عليه السلام فقال تعالى: ﴿ **يَابَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّه إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُون**﴾ [يوسف:87] ﴿ **قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذِّئْبُ وَأَنْتُمْ عَنْهُ غَافِلُون** ﴾ [يوسف:13]

ج **عاطفة البنوة:**

وهي عاطفة الولد تجاه أبيه وحرصه عليه كعاطفة إبراهيم عليه السلام في حواره العاطفي مع أبيه ﴿ **إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ لِمَ تَعْبُدُ مَا لا يَسْمَعُ وَلا يُبْصِرُ وَلا يُغْنِي عَنْكَ شَيْئاً يَا أَبَتِ إِنِّي قَدْ جَاءَنِي مِنَ الْعِلْمِ مَا لَمْ يَأْتِكَ فَاتَّبِعْنِي أَهْدِكَ صِرَاطاً سَوِيّاً، يَا أَبَتِ لا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيّاً ا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِنَ الرَّحْمَنِ فَتَكُونَ لِلشَّيْطَانِ وَلِيّاً**﴾[مريم:43 45]

[1] - الصحة النفسية / أ. سفيان إسماعيل مطر / ص 67

د **عاطفة الأخوة**:

وهي ما تكون بين الإخوة الأشقاء، والتي تجسدت في عاطفة موسى عليه السلام مع أخيه هارون عليه السلام فقال تعالى: ﴿ **وَاجْعَلْ لِي وَزِيراً مِنْ أَهْلِي هَارُونَ أَخِي اشْدُدْ بِهِ أَزْرِي وَأَشْرِكْهُ فِي أَمْرِي**﴾ [طـه:29 32] "فطلب إلى ربه أن يعينه بأخيه يشد أزره ويقويه ويتروى معه في الأمر الجليل الذي هو مقدم عليه"[1]، وعندما أخذ موسى عليه السلام برأس هارون عليه السلام ناداه أخوة بالوشيجة التي تثير العاطفة وهي آصرة الأخوة فذكره بها قائلاً: ﴿ **قَالَ يَا ابْنَ أُمَّ لا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلا بِرَأْسِي**﴾ [طـه: 94]، وكذا موقف يوسف عليه السلام مع أخيه ﴿ **وَلَمَّا دَخَلُوا عَلَى يُوسُفَ آوَى إِلَيْهِ أَخَاهُ قَالَ إِنِّي أَنَا أَخُوكَ فَلا تَبْتَئِسْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ** ﴾[يوسف:69]، فدافع الأخوة غَلَب على يوسف عليه السلام عند لقائه بأخيه واحتجازه عنده

هـ - **عاطفة المودة والرحمة** :

وغالباً ما تكون بين الأزواج كما في قولة: ﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً**﴾[الروم: 21].

وتكون في القرابة والأرحام كقولة تعالى: ﴿ **قُلْ لا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْراً إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى**﴾ [الشورى: 23] " والمعنى أن لم تعرفوا حقي لنبوتي وكوني رحمة عامة ونعمة تامة فلا أقل من مودتي لأجل حق القرابة وصلة الرحم التي تعتنون بحفظها ورعايتها"[2] .

التوجيه القرآني للعواطف :

يقول تعالى: ﴿ **قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ** ﴾**[** التوبة:24**]** قال ابن كثير: " أمر تعالى رسوله أن يتوعد من آثر أهله وقرابته وعشيرته على الله وعلى رسوله وجهاد في سبيله، فقال: ﴿ **قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا** ﴾ أي: اكتسبتموها وحصلتموها ﴿ **وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا** ﴾ أي: تحبونها لطيبها وحسنها، أي: إن كانت هذه الأشياء ﴿ **أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا** ﴾ أي: فانتظروا ماذا

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج4/ ص2333

[2] - تفسير الألوسي / الألوسي / ج 9 / ص30

يحل بكم من عقابه ونكاله بكم؛ ولهذا قال: ﴿ **حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ** ﴾"[1]

ويقول تعالى: ﴿ **لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْأِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾[المجادلة:22] قال قطب:"إنها المفاضلة الكاملة بين حزب الله وحزب الشيطان، والانحياز النهائي للصف المتميز، والتجرد من كل عائق وكل جاذب، والارتباط في العروة الواحدة بالحبل الواحد، فما جعل الله لرجل من قلبين في جوفه، وما يجمع إنسان في قلب واحد ودّين : ودّاً لله ورسوله ووداً لأعداء الله ورسوله! فإما إيمان أو لا إيمان أما هما معاً فلا يجتمعان ولو كانوا آباءهم أو أبناءهم أو إخوانهم أو عشيرتهم، فروابط الدم والقرابة هذه تتقطع عند حد الإيمان: إنها يمكن أن ترعى إذا لم تكن هناك محادة وخصومة بين اللواءين: لواء الله ولواء الشيطان "[2]

فالعواطف يجب أن توجه لحب الله ورسوله والمؤمنين لا لغيرهم، وإلا فالوعيد بالهلاك ومن ثَم العذاب والعقاب، وأما بتوجيه العواطف لله ورسوله والمؤمنين فالرضوان والجنة.

2 - عناية القرآن بالمشاعر:

الشعور : هو "الإدراك والوعي، والشعور منطقة الوعي الكامل والاتصال بالعالم الخارجي ويمثل الجزء السطحي فقط من الجهاز النفسي[3]

فكما اعتنى القرآن بالأحاسيس و العواطف فكذلك اهتم بالمشاعر الإنسانية، فالإنسان تعتريه مشاعر ومنها: الألفة والشعور بالذنب والشعور بالألم والحزن... وغير ذلك من المشاعر التي تجيش في النفس الإنسانية .

أ - الشعور بالألفة:

يقول تعالى: ﴿ **وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ**﴾ [آل عمران:103]

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج2/ ص 452

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص 3514

[3] - المفاهيم النفسية في القرآن / د محمد عبد المجيد عبد العال / ص91

وقال: ﴿ **وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ**﴾[الأنفال:63]، لفت الله انتباه المؤمنين إلى نعمة الشعور بالألفة بينهم بعد العداء.

ب - الشعور بالذنب :

" الذنب هو خرق أمر أخلاقي، والشعور بالذنب هو دلاله على حاله عاطفية تتلو فعلاً يعتبره الإنسان مدعاة للملامة "[1] .

والتوجيه القرآني لمغفرة الذنب بالإقبال على الله بالتوبة والندم والإقلاع عن الذنب وعدم العودة إليه، قال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُون**﴾ [آل عمران:135]، قال ابن كثير: " إذا صدر منهم ذنب أتبعوه بالتوبة والاستغفار "[2] لذا خاطب الله عبادة المؤمنين إذا وقعوا في الذنب أن يفزعوا إلى طلب المغفرة فقال تعالى:﴿ **قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ** ﴾ [الزمر: 53]، وأملهم بمغفرة الذنب وقَبول التوبة فقال: ﴿ **وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ أَنَّهُ مَنْ عَمِلَ مِنْكُمْ سُوءاً بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾ [الأنعام:54]

ج - الشعور بالألم:

وهو "الوجع الشديد نتيجة مرض أو ضرب أو إصابة خارجة أو صدمة نفسية، ويترتب عليها تأوهات وتوجعات مكبوتة أو صرخات أو صيحات عالية"[3] .

قال تعالى: ﴿ **وَلا تَهِنُوا فِي ابْتِغَاءِ الْقَوْمِ إِنْ تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ**﴾ [النساء: 104] " تألمون أي: تجدون ألم الجراح"[4]

د - الشعور بالحزن:

"والحزن يكون على فقد شيء مادي أو معنوي عزيز على الإنسان، والحزن ضد السرور، وهو الهم الذي يكون نتاج الشدائد، ويعني خشونة النفس لما يحصل فيها من الغم، وهو مزاج هادئ يشبه الأسى والكآبة، فيه إقرار بتقبل فقدان عزيز، وأن كل شيء مصيره إلى زوال"[1]

---

[1] - المرجع السابق / ص 73

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج1 / ص540

[3] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم ، د. محمد عبد المجيد عبد العال / ص 25

[4] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي،وجلال الدين السيوطي / ص

قال تعالى: ﴿ **إِذْ تُصْعِدُونَ وَلا تَلْوُونَ عَلَى أَحَدٍ وَالرَّسُولُ يَدْعُوكُمْ فِي أُخْرَاكُمْ فَأَثَابَكُمْ غَمّاً بِغَمٍّ لِكَيْلا تَحْزَنُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا مَا أَصَابَكُمْ** ﴾[آل عمران:153] وقال عن حزن يعقوب عليه السلام ﴿ **وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ**﴾[يوسف: 82]، وقال: ﴿ **قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لا تَعْلَمُون** ﴾[يوسف:86]"والبَثّ: الهمّ الشديد، وهو التفكير في الشيء المُسيء والحزن: الأسف على فائت فبينَ الهمّ والحزن العمومُ والخصوص، وقد اجتمعا ليعقوب عليه السلام لأنه كان مهتما بالتفكير في مصير يوسف عليه السلام وما يعترضه من الكرب في غربته وكان آسفاً على فراقه"[2]

هـ - الشعور بالأسى والسآمة: قال تعالى: ﴿ **لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ** ﴾[الحديد: 23]، وقال: ﴿ **لا يَسْأَمُ الْأِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَؤُوسٌ قَنُوطٌ**﴾[فصلت:49]

توجيه القرآن للشعور بالحزن : قال تعالى: ﴿ **وَلا تَهِنُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِين** ﴾ [آل عمران:139]، وقال: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُون** ﴾[فصلت:30]

ويرى الباحث أن الشعور بالذنب والألم والحزن والأسى والسآمة تُحدث ضيقاً في الصدر وألماً في النفس، والضيق هو "ضد السعه، ويدل على الفقر والبخل والغم والعجز و الحزن والشر"[3]، ومما أشار إلية القرآن في علاج ضيق الصدر، الفزع إلى عبادة الله لتذهب عنه هذه المشاعر التي تسبب ضيق الصدر وكدرة العيش فقال تعالى: ﴿ **وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ**﴾[الحجر:97 99]، وهذا التسبيح وهذه العبادة هما العلاج لضيق الصدر، والتسبيح هو الذي أذهب الهم والغم عن يونس عليه السلام وهو في بطن الحوت

فقال تعالى: ﴿ **وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِباً فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ، فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِين** ﴾ [الأنبياء:87 88] وقال: ﴿ **فَلَوْلا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ لَلَبِثَ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُون** ﴾ [الصافات:143،144]

---

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم ، د. محمد عبد المجيد عبد العال / ص 49

[2] - التحرير والتنوير / ابن عاشور / ج7 / ص 45

[3] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد المجيد عبد العال/ ص98

فالعبادة الصادقة هي أفضل علاج لكل هذه المشاعر وحسن توجيهها والسيطرة عليها.

3 عناية القرآن بالانفعالات:

والانفعالات سلوك يظهر آثاره على الجسم، وهي مرحلة تأتي بعد الإحساس الذي هو أمر داخلي في الجسم ، ثم يتحول هذا الإحساس إلى الشعور، الذي هو مرحلة متوسطة بين الإحساس والانفعال ويكون للعقل دور في توجيه وتحديد الانفعال.

وسيعرض الباحث لبعض الانفعالات التي اعتنى بها القرآن وهي: الحب والكره والخوف والفرح والغضب.

أ الحب:

الحب " هو إرادة ما تراه أو تظنه خيراً، وهو للذة ... وهو علاقة بين طرفين فيها إحساس بالرضا والراحة والأمان والرغبة في القرب والامتلاك طواعية أو بأسلوب مقبول للطرفين"[1]

إن الحب المتبادل مع الآخرين ضرورة حيوية لنمو الشخصية السوية، وتمتعها بالصحة النفسية، فالإنسان الذي يُحِب و يُحَب يعيش مسروراً وسعيداً مع نفسه ومع غيره، أما من فقد الحب فإنه يعيش تعيساً شقياً غير مطمئن، وهو عرضه للانحرافات النفسية، واختلال الصحة النفسية، ومن هنا فقد اعتنى القرآن الكريم بذكر صوراً متعددة للحب ومنها :

حب الله ، وحب رسوله، وحب الذات، وحب الوالدين، وحب الزوج، وحب الولد، وحب الناس، وحب الجمال والمال والكون وغير ذلك

1 - حب الله:

وهو أسمى وأصفى وأرقى مراتب الحب، ويتجسد هذا الحب في صلة الإنسان بخالقة في كل حركة وسكنه، وعلى كل حال، بشوق في العبادة، ولذة بالذكر والتسبيح، وتعلق القلب بالتوكل والاعتماد والثقة بالله، وحب الله هو هدف كل مؤمن ومقصده في هذه الدنيا، ورجاؤه في الآخرة، وهذا الحب يكون صادقاً إذا ترجمه الإنسان إلى فعل صادق يقوم على الإيمان وعمل الصالحات والقربات التي ترضي الله سبحانه

" إن حب المؤمن لله تعالى وعبادته له، إنما هما مطلبه الأسمى وغايته القصوى التي يتحقق بهما أعظم السعادة والسرور والبهجة والأمن والطمأنينة سواء في الدنيا أو في الآخرة"[2]

فالمؤمن أشد حباً لله ﴿ **وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَاداً يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبّاً لِلَّهِ**﴾[البقرة: 165]

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد المجيد عبد العال/ ص 44

[2] - القرآن وعلم النفس / د محمد نجاتي / ص 91

وأنه لا يقدم على حب الله أي حب غيره من مال ووالد وولد وأهل فقال تعـالى: ﴿ **قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِين** ﴾[التوبة:24]

2 - حب رسول الله ﷺ:

ومن حُب الله حب رسوله الكريم وصدق حب المؤمن يكون بإتباعه لرسوله الكريم ﴿ **قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾[آل عمران:31]

وحب الله ورسوله لهما حلاوة خاصة لا يجدها الإنسان في غيرهما، يقول النبي ﷺ : **(ثلاث من كن فيه وجد بهن حلاوة الإيمان: أن يكون الله ورسوله أحب إليه من سواهما، وأن يحب المرء لا يحبه إلا لله، وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف في النار)**[1]

وحب الرسول يكون بالتشبه به في عباداته وأخلاقه ومعاملاته، ولا يمكن التعرف على ذلك إلا من خلال دراسة سيرة النبي وسنته، للتعرف عليه، فهو القدوة التي أُمرنا أن نقتدي بها ونهتدي بهديها لقوله﴿ **لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً**﴾ [الأحزاب:21].

وحب الرسول مقدم على كل الخلق بما فيهم الوالد والولد قال النبيﷺ : **(لا يؤمن أحدكم حتى أكون أحب إلية من والدة وولده والناس أجمعين)**[2].

2 - حب الإيمان :

قال تعالى: ﴿ **وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْأِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ**﴾[الحجرات: 7]

أي:" جعله أحب الأشياء إليكم أو محبوبا لديكم فلا يقع منكم إلا ما يوافقه ويقتضيه من الأمور الصالحة ... وزينه وحسنه في قلوبكم بتوفيقه حتى جروا على ما يقتضيه في الأقوال والأفعال "[3]

3 - حب الإنسان لنفسه:

فالإنسان يحب ذاته ويحرص على المحافظة عليها، وجلب السعادة والخير لها، ودفع الضر والأذى عنها فقال تعالى عن رسوله الكريم: ﴿ **قُلْ لا أَمْلِكُ لِنَفْسِي نَفْعاً وَلا ضَرّاً إِلَّا مَا**

---

[1] - صحيح البخاري / البخاري / ح6041/ ج 4 / ص111/ ك الإيمان / ب حلاوة الإيمان

[2] - المرجع السابق/ ح16 / ج1 / ص12/ ك الإيمان/ ب حب الرسول من الإيمان.

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص 60

شَاءَ اللَّهُ وَلَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لَاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَمَا مَسَّنِيَ السُّوءُ ﴾[الأعـراف: 188]

وقد سأل سليمان عليه السلام ربه أن يخصه بملك لا يعطه لغيره فقال تعالى: ﴿ **قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَهَبْ لِي مُلْكاً لا يَنْبَغِي لِأَحَدٍ مِنْ بَعْدِي إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ**﴾ [ص:35]

5 - حب الولد:

كما قال أخوة يوسف عليه السلام عن حب أبيهم يعقوب عليه السلام لأخيهم يوسف عليه السلام ﴿ **إِذْ قَالُوا لَيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَى أَبِينَا مِنَّا** ﴾ [يوسف: 8] وحب الوالد لولده حب فطري، إذ أنه فلذة كبده ونسله

6 - حب الناس:

ويتمثل في الألفة والتوافق مع الناس والميل إليهم ومشاركتهم في مناسباتهم وعلاقاتهم وكقولة تعالى في تأليف قلوب المؤمنين:﴿ **فَإِنَّ حَسْبَكَ اللَّهُ هُوَ الَّذِي أَيَّدَكَ بِنَصْرِهِ وَبِالْمُؤْمِنِينَ وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ**﴾ [لأنفال:62 63]

7 - الحب في الله :

كحب الأنصار للمهاجرين فقال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ تَبَوَّأُوا الدَّارَ وَالْأِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾[الحشر:9] وفي الحديث **(وأن يحب المرء لا يحبه إلا لله)**[1] فتكون المحبة الحقيقية في الله لا لمغنم دنيوي، ولا لمنفعة أو مصلحه شخصية.

8 - حب المال والخير:

وذلك بجمع المال والانشغال به عن كل شيء وتقديمه على غيره يقول تعالى: ﴿ **وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبّاً جَمّاً**﴾[الفجر:20]، ويقول: ﴿ **وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ**﴾[العاديات:8]، وفي اعتذار سليمان عليه السلام عن تأخيره للصلاة قال :﴿ **فَقَالَ إِنِّي أَحْبَبْتُ حُبَّ الْخَيْرِ عَنْ ذِكْرِ رَبِّي حَتَّى تَوَارَتْ بِالْحِجَابِ**﴾ [ص:32]، فطبيعة الإنسان حب جمع المال وامتلاكه والاستكثار منه، يقول النبي ﷺ : **(لو كان لابن آدم واديان من ذهب لأحب أن يكون له ثالث)**[2]

[1] - صحيح البخاري / البخاري / ح6041/ ج 4 / ص111/ ك الإيمان / ب حلاوة الإيمان

[2] - المرجع السابق / ح6436/ ج 4 / ص207/ ك الرقائق/ ب مايتقى من فتنه المال

9 - الحب الجنسي:

وهو من أكثر أنواع الحب بروزاً عند الجنسين، خاصة عند البلوغ والنضوج الكامل، ومنه ما وقع من امرأة العزيز في المراودة فقال تعالى: ﴿**وَقَالَ نِسْوَةٌ فِي الْمَدِينَةِ امْرَأَتُ الْعَزِيزِ تُرَاوِدُ فَتَاهَا عَنْ نَفْسِهِ قَدْ شَغَفَهَا حُبّاً** ﴾ [يوسف: 30]

وللسيطرة على هذا الدافع: حث القرآن على الزواج والإحصان لإشباعه بالحلال فقال تعالى: ﴿ **وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ** ﴾[النور: 32]

وجعل الزواج آية دالة على قدرته، ورحمة بالخلق وسنه من سنن الكون ، واستمرار الخلافة في الأرض بالتناكح والتناسل فقال تعالى: ﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون** ﴾ [الروم:21]

10 - حب الدنيا:

قال تعالى: ﴿ **إِنَّ هَؤُلاءِ يُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ** ﴾[الإنسان: 27]، "العاجلة أي: الدنيا"[1]، وحب الدنيا سبب كل خطيئة وشهوه، والإنسان لا يشبع من تعلقه بالدنيا إلا من رحم الله

11 - حب الشهوات:

بصورة عامه لقوله:﴿ **زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا** ﴾ [آل عمران: 14]

قال سيد قطب: " وفي آية واحدة يجمع السياق القرآني أحب شهوات الأرض إلى نفس الإنسان: النساء والبنين والأموال المكدسة والخيل والأرض المخصبة والأنعام وهي خلاصة للرغائب الأرضية إما بذاتها، وإما بما تستطيع أن توفره لأصحابها من لذائذ أخرى "[2].

وللسيطرة على هذا الدافع لهذه الشهوات حث القرآن الكريم على التقوى لنيل هذه الشهوات في الجنة فقال تعالى: ﴿ **قُلْ أَؤُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ** ﴾[آل عمران: 15]

يقول سيد قطب: "ولما كانت هذه الرغائب والدوافع - مع هذا - طبيعية وفطرية، ومكلفة من قبل البارئ - جل وعلا - أن تؤدي للبشرية دوراً أساسياً في حفظ الحياة وامتدادها، فإن

---

[1] - تفسير الجلالين / جلال الدين المحلي، جلال الدين السيوطي / ص 568

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 1/ ص373

الإسلام لا يشير بكبتها وقتلها ولكن إلى ضبطها وتنظيمها، وتخفيف حدتها واندفاعها؛ وإلى أن يكون الإنسان مالكاً لها متصرفاً فيها، لا أن تكون مالكة له متصرفة فيه؛ وإلى تقوية روح التسامي فيه والتطلع إلى ما هو أعلى، ومن ثم يعرض النص القرآني الذي يتولى هذا التوجيه التربوي هذه الرغائب والدافع، ويعرض إلى جوارها على امتداد البصر ألواناً من لذائذ الحس والنفس في العالم الآخر ينالها من يضبطون أنفسهم في هذه الحياة الدنيا عن الاستغراق في لذائذها المحببة، ويحتفظون بإنسانيتهم الرفيعة"[1].

ويرى الباحث أن القرآن لا يمانع من تحقيق هذه الشهوات ضمن الإطار المشروع منها ، فله أن يتزوج بأربعة نسوة وفق ضوابط الزواج ، وله جمع القناطير من جميع أنواع المال والأنعام والحرث بشرط أن يؤدي حقوق الله وحقوق العباد فيها من زكاة وصدقة وجمعها وإنفاقها في حلال.

ب الكره:

"هو شعور بتمني الشر دائماً، ويتعلق بها مجموعة من المشاعر النفسية الأخرى كالحقد والحسد"[2] .

يقول د. نجاتي: " الكره مضاد للحب، فالإنسان يحب ما يفيده ويسرة ويسبب له المتعة واللذة، ويكره ما يضره ويؤذيه ويسبب له الكدر والألم" [3] .

"والكُره بالضم هي مشاعر قهر وكبت غضب"[4]

ويرى الباحث أن الكره هو ما تنفر منه النفس ولا تقبله ولا ترغب فيه، بل تتمنى غيره ومنه قوله تعالى: ﴿ **كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئاً وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لا تَعْلَمُون** ﴾[البقرة:216].

وقوله تعالى: ﴿ **كَمَا أَخْرَجَكَ رَبُّكَ مِنْ بَيْتِكَ بِالْحَقِّ وَإِنَّ فَرِيقاً مِنَ الْمُؤْمِنِينَ لَكَارِهُون** ﴾ [الأنفال:5] يقول د الحفني : "الكَرة بالفتح ما أكرهت علية كما في الآية ، فإن القتال هو الجهاد، فكان كُرهاً لأن فيه إخراج المال، ومفارقة الأوطان والأهل، والتعرض بالجسد للقتل والجراح وقطع الأطراف، فكانت الكراهية له "[5].

---

[1] - المرجع السابق / ج1 / ص373

[2] - - المفاهيم النفسية في القرآن / د محمد عبد المجيد عبد العال / ص130

[3] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص107

[4] - موسوعة القرآن العظيم / د. عبد المنعم الحفني / ج2/ ص1789

[5] - المرجع السابق / ج2/ ص1789

ويرى الباحث أن الكرة له ثلاثة صور وهي:
الكره الواجب، والكره المحرم ، والكره المباح.

1 - الكره الواجب:

وقد يكون الكره مطلوباً في بعض الأمور مثل: كره الأعداء لقوله تعالى: ﴿ **لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْأِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ** ﴾ [المجادلة:22].

ومنه كره الوقوع في الكفر أو الفسوق أو العصيان أو الفواحش ما ظهر منها وما بطن، وما يتعلق بهم مما يغضب الله، أو ما يبعد المؤمن عن ربه فقال تعالى: ﴿ **وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ أُولَئِكَ هُمُ الرَّاشِدُونَ** ﴾[الحجرات: 7] قال الشوكاني: " أي جعل كل ما هو من جنس الفسوق ومن جنس العصيان مكروها عندكم وأصل الفسق الخروج عن الطاعة والعصيان جنس ما يعصى الله به"[1]، ويقول النبي ﷺ: **(وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف في النار)**[2]

2 - الكره المحرم:

وهو كره المسلمين وبغضهم، وكره الخير لهم لذا كان هذا مقصداً أساساً للشيطان في الإفساد بين المسلمين، وبث الكراهية بينهم فحذر القرآن من ذلك فقال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ** ﴾[المائدة:91]

يقول الطبري: أي: " ليعادي بعضكم بعضًا، ويُبغِّض بعضَكم إلى بعض، فيشتِّت أمركم بعد تأليف الله بينكم بالإيمان، وجمعه بينكم بأخوّة الإسلام"[3].

وكذا نهى النبيﷺ عن كل ما يؤدي إلى وقوع الكراهية بين المسلمين فقال: **(لا تقاطعوا ولا تدابروا ولا تباغضوا ولا تحاسدوا وكونوا عباد الله إخواناً، ولا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث)[4].**

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج5/ ص 60

[2] - صحيح البخاري / البخاري/ ح6041/ ج 4 / ص111/ ك الإيمان / ب حلاوة الإيمان

[3] - جامع البيان/ الطبري / ج 4 / ص 3005

[4] - سنن الترمذي/ الترمذي/ ح1935/ ج4 / ص103/ ك البر والصلة / ب ما جاء في الحسد/ حسن صحيح

3 **الكره المباح** :

وهو ما تكرهه ولا تقبله نفس الإنسان من تناول نوع معين من الأطعمة أو الأشربة أو الألوان ، وقد كان النبيﷺ يكره أكل الثوم أو البصل.

ويرى الباحث أن الإنسان بمحدودية عقله وقدراته يحكم على الأشياء بظواهرها، أو من وجه نظره هو لا غيره، فيرى أشياءً يظنها حسنه في ظاهرها، وقد تكون في حقيقة الأمر سيئة وهو لا يعلم، وقد يرى أشياءً يظنها سيئة، وقد تكون في حقيقتها حسنة وهو لا يعلم هذه الحقيقة، كالقتال في سبيل الله، فكثير من الناس يظن أن القتال في سبيل الله فيه هلكة النفس والمال، ولكن الله أراد أن يوجه الناس إلى حقيقة هذه الفريضة فقال تعالى: ﴿ **كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ وَعَسَى أَنْ تُحِبُّوا شَيْئاً وَهُوَ شَرٌّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لا تَعْلَمُون** ﴾ [البقرة:216] ، أو في كره الزوج لزوجة فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرِثُوا النِّسَاءَ كَرْهاً وَلا تَعْضُلُوهُنَّ لِتَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِينَ بِفَاحِشَةٍ مُبَيِّنَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْراً كَثِيراً**﴾[النساء:19]، فلا يحل أخذ مال الزوجة بالإكراه.

وللسيطرة على انفعال الكره وجهه بحب الإيمان وموآده المؤمنين وكره الكفر و الكفار فقال تعالى: ﴿ **لا تَجِدُ قَوْماً يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْأِيمَانَ وَأَيَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُون** ﴾ [المجادلة:22]

أي يكرهون من حاد الله ورسوله مهما كانت القرابة أو العلاقة التي تربطهم بالذين يحادون الله ورسوله، ويحب ويود المؤمنين و ينصرهم.

وأمره المؤمنين بإخلاص العبودية والطاعة لله بالرغم من كره الكافرين فقال تعالى: ﴿ **فَادْعُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُون** ﴾[غافر:14]

ج **الخوف**:

الخوف هو: "توقع مكروه عن إمارة مظنونة أو معلومة، أو فوت أمر محبوب ... والخوف انفعال من النوع التهيجي الشديد في وجود حقيقي أو متوقع لخطر أو ألم"[1]

---

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. السيد محمد عبد المجيد عبد العال/ ص 67

وهو "انفعال تثيره المواقف الخطيرة أو المنذرة بالخطر، وهو نمط من السلوك الانفعالي الذي يتميز بمشاعر قوية ذات طبيعة غير سارة ومصحوبة ببعض الاستجابات الجسمية والحركية"[1].

ويقول الإمام الغزالي: " الخوف عبارة عن تألم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في الاستقبال "[2]

ويرى الباحث أن الخوف شعور ينتاب الإنسان غالباً من خطر المجهول، مع توقع العجز عن رده، أو فوت نعمه، وانفعال الخوف يحدث اضطراباً شاملاً في نفس وجسد الإنسان ويهزه هزاً عنيفاً، ترتعد معه جوارحه فيفقد السيطرة على نفسه، وربما انتابته حالةً من الذهول عند الأمر العظيم ﴿ **يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَمَا هُمْ بِسُكَارَى وَلَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ**﴾[الحج:2]، وربما تصاحب الخوف تغيرات داخلية وخارجية في وظائف الجسم، كاصفرار الوجه وتغيير قسماته، وحشرجة أو لعثمة في الصوت، أو اهتزاز ورجفة وارتعاد في البدن، وخفقان في القلب قال تعالى: ﴿ **إِذْ جَاءُوكُمْ مِنْ فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَتَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا**﴾ [الأحزاب:10] فالخوف انفعال طبيعي في الإنسان ولكنه يتفاوت بين الناس بحسب شجاعتهم وقوتهم ، وقد كان النبي أشجع الناس .

أنواع الخوف :

الخوف نوعان :

النوع الأول : الخوف الإيجابي:

وهذا الخوف ضروري وهام مثل الخوف من الامتحان عند اقترابه، مما يدفع صاحبه للجد والدراسة لتحقيق النجاح أو التفوق، ومنه الخوف من الضرر بالابتعاد عنه، كالخوف من الاقتراب من النار خشية الاحتراق.

ويرى الباحث أن القرآن الكريم ذكر أنواع متعددة من الخوف الايجابي ومنها:

أ - الخوف من الله :

بمعنى الخوف من لقاء الله، وما يكون من أهوال يوم القيامة، وشدة الحساب والعذاب، بسبب التقصير في الطاعة أو الإسراف في الذنوب والمعاصي، وهذا الخوف يدفع بصاحبه للعمل الصالح وما أمر الله به خوفاً من العقاب قال تعالى:﴿ **يَخَافُونَ رَبَّهُمْ مِنْ فَوْقِهِمْ وَيَفْعَلُونَ**

[1] - الصحة النفسية / أ. سفيان إسماعيل مطر / ص100

[2] - إحياء علوم الدين / الإمام الغزالي / ج 4 / ص155

مَا يُؤْمَرُون ﴾[النحل:50] ، ويقول: ﴿ **الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ بِالْغَيْبِ وَهُمْ مِنَ السَّاعَةِ مُشْفِقُونَ**﴾ [الانبياء:49] ﴿**وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ**﴾[المعارج:27] ، ويقول: ﴿ **قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ**﴾ [الأنعام:15] ، ويقول: ﴿ **إِنْ أَتَّبِعُ إِلَّا مَا يُوحَى إِلَيَّ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ**﴾[يونس: 15]

ب - الخوف من الموت:

يحرص الإنسان دائماً على طول العمر وحب الحياة، ويعلم أن الموت هو نهاية الحياة الدنيا والانتقال إلى حياة الآخرة، وقد بين القرآن الكريم أن الموت حق لا مرية فيه فقال تعالى: ﴿ **كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ** ﴾[آل عمران: 185]، وقال: ﴿ **كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِلَيْنَا تُرْجَعُون** ﴾ [العنكبوت:57]، وقال: ﴿ **قُلْ يَتَوَفَّاكُمْ مَلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ثُمَّ إِلَى رَبِّكُمْ تُرْجَعُون** ﴾ [السجدة:11]، وقال : ﴿ **قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَى عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُون** ﴾[الجمعة:8]، لذا ينتاب الإنسان الشعور بالخوف من المجهول، وهو الموت وما يحدث فيه، فيدفعه إلى العمل الصالح ليلقى الله تعالى وهو راضٍ عنه.

وشجع القرآن على الموت في سبيل الله ورغب فيه فقال تعالى : ﴿ **وَلا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتاً بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُون** ﴾[آل عمران:169 170]، وقال: ﴿ **وَلَئِنْ قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرَحْمَةٌ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُون** ﴾[آل عمران:157]، وقال: ﴿**فَلْيُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا بِالْآخِرَةِ وَمَنْ يُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيُقْتَلْ أَوْ يَغْلِبْ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْراً عَظِيماً**﴾[النساء:74]. لذا نجد المؤمنين الصادقين يتدافعون ويتسابقون نحو الشهادة في سبيل الله.

وللسيطرة على هذا الدافع طمأن الله الإنسان على أجله، بأنه لن تموت نفس حتى تستوفي أجلها فقال تعالى: ﴿ **وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِتَاباً مُؤَجَّلاً**﴾[**آل عمران: 145**] وقال: ﴿ **وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْساً إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا** ﴾[المنافقون: 11] وهذا فيه من طمأنه النفس على أن لها أجل لا يتحكم فيه ولا يقدره إلا الله سبحانه، ومن رحمته أنه أخفى الآجال والأعمار وساعة الموت عن الإنسان، ولو أعلمه بها لتكدرت حياته، وما سعد لحظةً واحدةً، وهذا الخوف الإيجابي يدفع الإنسان للاستعداد للموت في كل لحظة .

ج - الخوف على النفس:

وذلك بالمحافظة عليها وحمايتها من الضرر، وإنقاذها من المتآمرين والمتربصين، أو الخوف من مكر الناس كما حدث مع موسى عليه السلام ﴿ **فَخَرَجَ مِنْهَا خَائِفاً يَتَرَقَّبُ** ﴾ [القصص: 21]

د - الخوف على الرزق:

يحرص الإنسان دائما على طلب الرزق، طلباً لاستمرارية العيش والحياة له ولمن يُعيله، فكانوا قديماً يقتلون أولادهم خوفاً من الفقر وقلة الرزق أو توقع الفقر، وهذا هو الخوف السلبي، ولكن الخوف الإيجابي هو الذي يدفع الإنسان إلى السعي للعمل والكسب طلباً للرزق وامتناعاً من سؤال الناس لذا وضح القرآن أن الرزق مكفول عند الله فقال تعالى: ﴿ **وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ مِنْ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ** ﴾[الأنعام: 151] ، وقال: ﴿ **وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ** ﴾ [الإسراء: 31] .

وللسيطرة على هذا الدافع طمأن الله الخلق على أرزاقهم وأرزاق أولادهم وتكفل بها فقال : ﴿ **إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ**﴾[الذاريات:58].

ووجه قلوب العباد إلى السماء بالدعاء لطلب الرزق فقال : ﴿ **وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ** ﴾[الذاريات:22].

وفي الأرض بالسعي في مناكبها فقال: ﴿ **هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ ذَلُولاً فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ**﴾[الملك:15]

النوع الثاني: الخوف السلبي:

وهو الخوف الذي يسبب الهلع، والذهول، وشخوص البصر، ومن ثَم فقدان السيطرة على النفس وقد رسم القرآن هذا المشهد المهيب والمرعب للظالمين يوم القيامة فقال تعالى: ﴿ **وَلا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلاً عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُؤُوسِهِمْ لا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ** ﴾[إبراهيم:42 43]

ومنه الخوف من بطش الأقوياء، والأعداء، وغدر الكفار، وظلم الظلمة مما يدفع صاحبه إلى عدم التصدي للباطل، بل الفرار منه.

وللسيطرة على انفعال الخوف وجه المؤمنين بالخوف من الله والتوكل علية وتفويض الأمر إلية فقال تعالى: ﴿ **وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ**﴾[غافر: 44].

والخشية من الله لا من غيره إذ قال: ﴿ **الْيَوْمَ يَئِسَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ دِينِكُمْ فَلا تَخْشَوْهُمْ وَاخْشَوْنِ**﴾ [المائدة: 3] ولا يرهب غيره فقال تعالى: ﴿ **وَإِيَّايَ فَارْهَبُونِ**﴾ [البقرة: 40] .

ووعد من خاف الله بالتمكين فقال: ﴿ **وَلَنُسْكِنَنَّكُمُ الْأَرْضَ مِنْ بَعْدِهِمْ ذَلِكَ لِمَنْ خَافَ مَقَامِي وَخَافَ وَعِيدِ**﴾ [إبراهيم:14]

ووعدهم بتبديل الخوف أمناً والتمكين في الأرض، إذا التزم بالإيمان وعمل الصالحات فقال تعالى:﴿ **وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْناً يَعْبُدُونَنِي لا يُشْرِكُونَ بِي شَيْئاً** ﴾ [النور: 55]

ووعدهم بالجنان فقال تعالى: ﴿ **وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّتَانِ**﴾**[الرحمن:46]، وقال :** ﴿ **وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى**﴾[النازعات:40 41]

د الفرح :

والفرح :" من الألفاظ الدالة على السعادة، ويأتي عادة بعد عمل قام به الإنسان يسعده" [1].

والفرح هو شعور يعبر عن السعادة والمتعة والانبساط والسرور في النفس الإنسانية،

والفرح نوعان:

أ الفرح المذموم: وهو الفرح بالباطل والمعاصي وقد ذم القرآن هذا النوع من الفرح.

ب - الفرح المحمود: وهو الفرح بالطاعة والعبادة ، وقد مدحه القرآن وحث علية .

أ - الفرح المذموم :

وهو الفرح بأعمال الشر والمعصية والتكبر على الناس ومنها قوله تعالى: ﴿ **إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِنْ قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَةِ أُولِي الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْفَرِحِين** ﴾[القصص:76]

ومنه الفرح بالتخلف عن ميادين الجهاد في سبيل الله، والتهرب من التزامات الطاعة كقوله تعالى: ﴿ **فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلافَ رَسُولِ اللَّهِ وَكَرِهُوا أَنْ يُجَاهِدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ** ﴾ [التوبة: 81]

ومنه الفرح بأن يُحمد الإنسان على ما لم يعمله من أعمال حسنه تنسب إليه بغير حق، أو ينسبها هو إلى نفسه بغير وجه حق كقوله تعالى:﴿ **لا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَا أَتَوْا وَيُحِبُّونَ أَنْ يُحْمَدُوا بِمَا لَمْ يَفْعَلُوا فَلا تَحْسَبَنَّهُمْ بِمَفَازَةٍ مِنَ الْعَذَابِ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ**﴾ [آل عمران:188]

---

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن / د محمد عبد المجيد عبد العال / ص120

ومنه الفرح بالمتاع الزائل كالمال والهدايا وغيرها قال تعالى: ﴿ **فَلَمَّا جَاءَ سُلَيْمَانَ قَالَ أَتُمِدُّونَنِ بِمَالٍ فَمَا آتَانِيَ اللَّهُ خَيْرٌ مِمَّا آتَاكُمْ بَلْ أَنْتُمْ بِهَدِيَّتِكُمْ تَفْرَحُونَ** ﴾[النمل:36]

الفرح بالحياة الدنيا وزخارفها والتمسك بها، وإيثارها على الآخرة ومنها قوله تعالى: ﴿ **وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ**﴾[الرعد: 26]

ب - الفرح المحمود :

وهو ما كان سببه حلاوة الإيمان وطاعة الرحمن، من صلاة أو صيام أو صدقه، أو ذكر وتسبيح أو فعل الخيرات بصورة عامه ومنها :

1 - الفرح بفضل الله:

قال تعالى: ﴿ **قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ** ﴾ **[يونس:58]** ﴿ **فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ** ﴾[آل عمران: 170]

4 - الفرح بدين الله:

قال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَفْرَحُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ** ﴾[الرعد:36]

فقد كان الصحابة الكرام يفرحون بنزول القرآن، كالفرح بقبول التوبة للثلاثة الذين خلفوا بعد أن ضاقت عليهم الأرض بما رحبت يقول تعالى: ﴿ **وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خُلِّفُوا حَتَّى إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ**﴾ [التوبة:118]

3 - الفرح بالنصر:

قال تعالى: ﴿ **لِلَّهِ الْأَمْرُ مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدُ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ بِنَصْرِ اللَّهِ يَنْصُرُ مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ**﴾[الروم: 4،5] فالنصر والظفر من أكثر الأشياء التي تدخل الفرح والسرور إلى القلب

4 - الفرح بالطاعة والتقرب إلى الله: ومنها قول النبيﷺ : **(للصائم فرحتان يفرحهما ، أذا أفطر فرح بفطرة، وإذا لقي ربه فرح بصومه)** [1] **.**

فما أسعد الإنسان بطاعة الصيام عند وقت الإفطار، فرحاً بأداء الطاعة، وخاصةً عند الانتهاء من فريضة الصيام بالفطر يوم العيد، بعد أداء العبادة كاملة في شهر رمضان.

هـ - انفعال الغضب:

---

[1] - صحيح البخاري/ البخاري / ح1904/ ج 2 / ص 37/ ك الصوم / ب إني صائم إذا شتم

"الغضب هو الأحمر الشديد الحمرة، واحمرار الوجه إحدى علامات الانفعال الدالة على الشر وعدم الارتياح ، وهو استجابة انفعالية تثيرها بوجه عام التدخل والإهانة والتهديد"[1]

ويرى الباحث أن الغضب له أثر سيء على وظائف الجسم والعقل، إذ أنــه يوقــف التفكير السليم، ويخل بالإدراك والوعي والسيطرة، وعدم الانتباه للأقوال والأفعال الــصادرة عنه، خاصة في الغضب الشديد، فتنتفخ الأوداج، وترتعد الجوارح، ويزداد احمرار الوجــه بسبب تدفق الدم وثورانه وغليانه إلى الوجه وبقية الجسد، وهذا كله يترك آثاراً سلبية علــى جسم، ونفس الإنسان وقد وصف النبيﷺ انفعال الغضب، والتغيرات الفسيولوجية التي تبرز في القلب حال الغضب فقال : **(ألا وإن الغضب جمرة في قلب ابن آدم ، أما رأيتم إلى حمرة عينيه ، وانتفاخ أوداجه)**[2] لذا حذر النبيﷺ من الغضب فأوصى قائلاً لأحد الصحابة عندما قال له أوصني يا رسول الله قال النبيﷺ : **(لا تغضب)**[3]

والغضب منه ما هو مذموم إذا كان للهوى والنفس والشيطان والحمية الجاهلية.

ومنه الغضب المحمود إذا كان من أجل الله وشرعه لإحقاق الحق، وقد وصف القرآن الكريم انفعال الغضب وانعكاسه على تصرف الإنسان في موقف موسى‌عليه السلام من حادثه عبادة بنــي إسرائيل للعجل، فألقى الألواح من يده، وأخذ برأس أخيه هارونﷺ ظناً منه تقصيره في نهي بني إسرائيل فقال تعالى موضحاً انفعال الغضب في سلوك موسى‌عليه السلام فقال: ﴿ **وَلَمَّا رَجَــعَ مُوسَى إِلَى قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفاً قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِنْ بَعْدِي أَعَجِلْــتُمْ أَمْــرَ رَبِّكُــمْ وَأَلْقَى الْأَلْوَاحَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ** ﴾ [الأعراف: 150]، ثم لما برر هارون‌عليه السلام الموقف لموسى‌عليه السلام ﴿ **قَالَ ابْنَ أُمَّ إِنَّ الْقَوْمَ اسْتَضْعَفُونِي وَكَادُوا يَقْتُلُونَنِي فَلا تُشْمِتْ بِيَ الْأَعْدَاءَ** ﴾ [الأعراف:150]، ﴿ **قَالَ يَا ابْنَ أُمَّ لا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلا بِرَأْسِي إِنِّي خَــشِيتُ أَنْ تَقُولَ فَرَّقْتَ بَيْنَ بَنِي إِسْرائيلَ وَلَمْ تَرْقُبْ قَوْلِي**﴾ [طــه:94]، فلما اتضحت الأمــور لموسى‌عليه السلام وهدأت ثورته ندم على ما فعله مع أخيه توجه إلى ربة فقال : ﴿ **قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِأَخِي وَأَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ** ﴾ [الأعراف:151] .

---

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم د. السيد محمد عبد العال / ص116

[2] - سنن الترمذي / الترمذي / ح2191/ ج 4 / ص 227 / ك الفتن / ب ما جاء مــا أخبــر النبــيﷺ أصحابه به/ حسن صحيح.

[3] - سنن الترمذي / الترمذي/ ح2020/ ج 4 / ص138/ ك البر والصلة/ ب ما جاء في كثرة الغــضب /حسن صحيح غريب

ومن أكثر الصفات النفسية المهيجة للغضب عند الإمام الغزالي " الزهو والعجب والمزاح والهزل والهزأ والتعبير والمماراة والمضادة والغدر وشدة الحرص على فضول المال والجاه وهي بأجمعها أخلاق رديئة مذمومة، ولا خلاص من الغضب مع بقاء هذه الأسباب" [1]

ومن أضرار انفعال الغضب:"إن الانفعال الشديد حالة اضطراب حاد تتعطل فيه الوظائف العقلية، ويصبح الإنسان غير قادر على التفكير السليم أو إصدار القرارات السليمة، وليس ذلك خاصاً بالغضب وحده، بل هو عام في جميع الانفعالات...وهو في حالة الغضب فريسة سهلة للشيطان يقوده إلى ارتكاب كثير من الأخطاء من أقوال وأفعال، ويندم عليها إذا ما هدأ غضبه، وعادت إليه قدرته في التفكير السليم"[2]

وللسيطرة على الغضب، حث القرآن على التحكم في انفعال الغضب بكظم الغيظ، خاصة ما لم تنتهك حدود الله، وليتمكن الإنسان من القدرة على التركيز والتفكير، لئلا يقع فيما يندم عليه حال عدم السيطرة على الانفعال فيعتدي على الآخرين قولاً أو فعلاً، مما يحمله بعد ذلك على الاعتذار أو رد للحقوق التي تعدى عليها وقد امتدح الله سبحانه من يكظم غيظه فقال: ﴿ **وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ** ﴾[آل عمران: 134] . وقال تعالى: ﴿ **وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ**﴾ [الشورى:43] وأمر الله بعدم مقابلة الإساءة بالإساءة بل بالحسنى فقال : ﴿ **وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾[فصلت:34] وأمر النبي بالعفو والصفح فقال: ﴿ **فَاصْفَحْ عَنْهُمْ** ﴾[الزخرف: 89] ، وقال: ﴿ **فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ** ﴾ [الحجر: 85] ، وأمر المؤمنين بالصفح والعفو عن بعضهم البعض فقال : ﴿ **وَلا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾[النور:22].

فإذا خلا القلب من الغضب والحقد والحسد وأمراض القلب، أصبح قلباً سليماً، أما إذا سيطرة هذه الأمراض النفسية والقلبية على الإنسان، تكدرت حياته، وضاقت به الدنيا بما رحبت وضاقت عليه نفسه .

وبيَّن النبيﷺ من هو القوي الذي يتحكم في نفسه عند الغضب فقال: **(ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب)**[3]

---

[1] - إحياء علوم الدين / الإمام الغزالي / ج 3 / ص163

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد عثمان نجاتي / ص106،107

[3] - الموطأ / الإمام مالك / ح1631/ ص533 / ك حسن الخلق / ب ما جاء في الغضب/ صحيح

أي أن الإنسان القوي هو الذي يتحكم في انفعالاته والسيطرة عليها عند بروزها، فيكبح جماح نفسه ويحفظها من التهور والهلاك.

الخلاصة :

حتى يتمكن الإنسان من الاستمتاع بالصحة النفسية:

1 - لابد أن يسيطر على دوافعه ويشبعها بما شرعه الله، ويبتعد عن إشباعها بما نهى الله عنه فلا بد من إشباع دافع الجوع بالطعام، ودافع العطش بالماء، والبرودة والحرارة باللباس والمسكن... وبقية الدوافع وذلك ضمن الإطار المشروع لإشباع هذه الدوافع والسيطرة عليها، وعدم إطلاق العنان لها، لئلا تفسد وتضر صحة صاحبها النفسية والجسدية

2 - كذا لا بد من السيطرة على انفعالاته، ولا يسرف فيها، ويضبط هذه الانفعالات بالضوابط الشرعية لها، ولا يمكن ضبط هذه الانفعالات والسيطرة عليها إلا بالإيمان والعمل الصالح

3 - إن التوسط في إشباع وضبط الدوافع والانفعالات فيه خير كثير، وسلامة للصحة النفسية، و وسمة الإسلام الوسطية .

وفي حاله عدم السيطرة على أي دافع من الدوافع، أو انفعال من الانفعالات، فإن ذلك ينعكس على أجهزة الجسم ومن ثَم تضطرب الصحة النفسية.

المبحث الثالث: عناية القرآن بالعقل ومتعلقاته

وفيه مطلبان

المطلب الأول : عناية القرآن بالعقل ومكانته

المطلب الثاني: عناية القرآن بمتعلقات العقل

المبحث الثالث

عناية القرآن بالعقل ومتعلقاته

لقد أكرم الله الإنسان بنعم كثيرة لا تعد ولا تحصى قال تعالى: ﴿ **وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لا تُحْصُوهَا**﴾ [إبراهيم: 34] ، **وقال:** ﴿ **وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾[النحل:18]، ومن أهم هذه النعم نعمة العقل التي أكرمه بها، ورفع به مكانته عن غيره من المخلوقات ، وفضله على كثير من خلقه فقال تعالى: ﴿**وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً**﴾[الإسراء:70] وبالعلم تقدم على الملائكة فقال تعالى: ﴿**وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ قَالُوا سُبْحَانَكَ لا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ قَالَ يَا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ غَيْبَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَعْلَمُ مَا تُبْدُونَ وَمَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ**﴾[البقرة: 31 33].

المطلب الأول

عناية القرآن بالعقل ومكانته:

أولاً: عناية القرآن بالعقل:

" عُني القرآن الكريم بتحرير العقل من القيود التي تكبله وتعوقه عن التفكير السليم، فحارب التقليد والتمسك بالآراء القديمة دون التفكير فيها والتحقق من صحتها، وحارب الأوهام والخرافات التي تُقيد التفكير وتعوقه عن الانطلاق والبحث للوصول إلى الحقيقة، وحارب التسرع في إصداره الأحكام دون التأكد من صحة المقدمات، ومن دقة الأدلة وصحتها، ونهى عن إتباع الظن المعرض للخطأ، ودعا إلى إتباع الحق الذي تؤيده الأدلة الصحيحة، ونهى عن الوقوع تحت تأثير الأهواء والميول التي تؤدي إلى التحيز، وتسبب أخطاء في التفكير"[1]

ويرى الباحث أن من عناية القرآن بالعقل دعوته له بالنظر والتفكر والتدبر والفهم والتعقل فدعا العقل إلى النظر فقال تعالى : ﴿ **قُلِ انْظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُغْنِي الْآيَاتُ وَالنُّذُرُ عَنْ قَوْمٍ لا يُؤْمِنُون** ﴾ [يونس:101]

قال ابن كثير: " يرشدُ تعالى عباده إلى التفكر في آلائه وما خلق في السموات والأرض من الآيات الباهرة لذوي الألباب، مما في السموات من كواكب نيرات، ثوابت وسيارات، والشمس والقمر، والليل والنهار، واختلافهما، وإيلاج أحدهما في الآخر، حتى يطول هذا ويقصر هذا، ثم يقصر هذا ويطول هذا، وارتفاع السماء واتساعها، وحسنها وزينتها، وما أنزل الله منها من مطر فأحيا به الأرض بعد موتها، وأخرج فيها من أفانين الثمار والزروع والأزاهير، وصنوف النبات، وما ذرأ فيها من دوابّ مختلفة الأشكال والألوان والمنافع، وما فيها من جبال وسهول وقفار وعمران وخراب وما في البحر من العجائب والأمواج، وهو مع هذا مسخر مذلل للسالكين، يحمل سفنهم، ويجري بها برفق بتسخير القدير له، لا إله إلا هو، ولا رب سواه"[2].

ويقول تعالى: ﴿ **قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانْظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ثُمَّ اللَّهُ يُنْشِئُ النَّشْأَةَ الْآخِرَةَ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**﴾[العنكبوت:20]

ودعاه إلى التفكر فقال تعالى: ﴿ **كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ** ﴾ [البقرة:219] وقال: ﴿ **كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُون** ﴾[يونس: 24]

---

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. نجاتي / ص144

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2 / ص 569،570

أي: " القرآنية التي من جملتها هذه الآية الجليلة الشأن المنبهة على أحوال الحيــاة الــدنيا أي نوضحها ونبينها لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ في معانيها ويقفون على حقائقها وتخصيصهم بالذكر لأنهم المنتفعون"[1]

يقول تعالى: ﴿ **بِالْبَيِّنَاتِ وَالزُّبُرِ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَــيْهِمْ وَلَعَلَّهُــمْ يَتَفَكَّرُون** ﴾[النحل:44]

ودعاه إلى التدبر فقال تعالى: ﴿**أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلافاً كَثِيراً**﴾ [النساء:82]، وقال: ﴿**أَفَلَمْ يَدَّبَّرُوا الْقَوْلَ** ﴾[المؤمنون: 68]

ونبهه إلى الفهم والفقه فقال تعالى: ﴿**فَفَهَّمْنَاهَا سُــلَيْمَانَ** ﴾ [الأنبيــاء79] أي: " علمنــاه القضية وألهمناها سليمان"[2]، ويقول: ﴿**قَدْ فَصَّلْنَا الْآياتِ لِقَوْمٍ يَفْقَهُون** ﴾ [الأنعام: 98]

قال البيضاوي: " يفقهون لأن إنشاءهم من نفس واحدة وتصريفهم بين أحوال مختلفــة دقيــق غامض يحتاج إلى استعمال فطنة وتدقيق نظر"[3]

وقال تعالى: ﴿**وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيراً مِنَ الْجِنِّ وَالْأِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لا يَفْقَهُونَ بِهَا** ﴾ [الأعراف: 179]

ودعاه إلى التعقل بمعنى الفهم والتدبر فقال تعالى: ﴿**كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُون** ﴾ [البقرة:242] "أي: في إحلاله وتحريمه وفروضه وحدوده فيما أمركم به ونهاكم عنه بيَّنــه ووضحه وفسره ولم يتركه مجملا في وقت احتياجكم إليه لَعَلَّكُمْ تفهمون وتتدبرون"[4] .

ويقول تعالى: ﴿**وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَــلا تَعْقِلُون** ﴾[الأنعام:32]، ويقول: ﴿**إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ قُرْآناً عَرَبِيّاً لَعَلَّكُــمْ تَعْقِلُــون** ﴾[يوســف:2] ويقول: ﴿ **لَقَدْ أَنْزَلْنَا إِلَيْكُمْ كِتَاباً فِيهِ ذِكْرُكُمْ أَفَلا تَعْقِلُون** ﴾ [الأنبياء:10]

والصحة النفسية لا تكون لفاقد العقل، بل إن العقل السليم في الجسم السليم، فالعقل هــو أداة العلم والتعلم والمعرفة، وبدونه لا يفهم الإنسان معنى الصحة النفسية، أو معنى الاضطرابات النفسية، بل إن فاقد العقل تسقط عنه الأحكام التكليفية.

وقد جاء في القرآن وصف أصحاب العقول بألفاظ متعددة منها:

---

[1] - تفسير الألوسي/ الألوسي / ج 4/ ص102

[2] - تفسير معالم التنزيل/ البغوي/ ج 3/ ص214

[3] - تفسير البيضاوي/ البيضاري / ج 1/ ص313

[4] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص401

أ - أولي الألباب: قال تعالى: ﴿ **إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآياتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ** ﴾ [آل عمران:190] والمراد بأولي الألباب : "أهل العقول الصحيحة الخالصة عن شوائب النقص"[1]

ب - أولي الأبصار**:** قال تعالى: ﴿ **فَاعْتَبِرُوا يَا أُولِي الْأَبْصَارِ**﴾ [الحشر: 2]

ج - قوم يعقلون**:** قال تعالى: ﴿ **إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُون** ﴾[الرعد: 4]

ووصف الشخصية الغير سوية بعدم التعقل فقال تعالى : ﴿**أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلاً**﴾﴿ الفرقان:44﴾.

وقال : ﴿ **ا يُقَاتِلُونَكُمْ جَمِيعاً إِلَّا فِي قُرىً مُحَصَّنَةٍ أَوْ مِنْ وَرَاءِ جُدُرٍ بَأْسُهُمْ بَيْنَهُمْ شَدِيدٌ تَحْسَبُهُمْ جَمِيعاً وَقُلُوبُهُمْ شَتَّى ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا يَعْقِلُون** ﴾ [الحشر:14]

وقال: ﴿**إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لا يَعْقِلُون** ﴾[الأنفال:22]

" أي إن شر من يدب على وجه الأرض البهائم وإن شر البهائم الذين هم صم عن الحق لا يعقلونه جعلهم من جنس البهائم ثم جعلهم شرها لأنهم عاندوا بعد الفهم وكابروا بعد العقل"[2]

ثانياً: صور من عناية القرآن بالعقل:

1 - من عناية القرآن بالعقل أن جعله مناط التكليف ، فجعل البلوغ والعقل من أهم أسباب التكليف، وجعل المحافظة على العقل من مقاصد الشريعة الخمس وهي : حفظ العقل وحفظ الدين ، وحفظ النسل ، وحفظ المال، وحفظ النفس، ومن حفظه للعقل نهاه عن شرب الخمر وكل ما يذهب العقل فقال تعالى: ﴿**يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَقْرَبُوا الصَّلاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُون** ﴾[النساء: 43]

وقد حرم الله الخمر وأمر باجتنابها حماية للعقل فقال تعالى : ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُون**﴾ [المائدة:90]

2 أعطى القرآن الكريم العقل الإنساني دوراً في فهم الوحي، واستنباط الأحكام من نصوص القرآن ، والقياس عليها، وملءَ ما سكت عنه من فراغات تشريعية مع مراعاة جلب المصلحة ودرء المفسدة، فقال تعالى: ﴿ **وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنْفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنْذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ**

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص410

[2] - تفسير النسفي/ النسفي/ ج 2/ ص 99

يَحْذَرُون ﴾[التوبة:122] ، وقال: ﴿ **فَاعْتَبِرُوا يَا أُولِي الْأَبْصَارِ**﴾ [الحشر: 2] قال النسفي: " أي فتأملوا فيما نزل بهؤلاء والسبب الذي استحقوا به ذلك فاحذروا أن تفعلوا مثل فعلهم فتعاقبوا بمثل عقوبتهم، وهذا دليل على جواز القياس"[1]، وقد قال تعالى مشيراً إلى مكانه أهل الاستنباط: ﴿ **وَلَوْ رَدُّوهُ إِلَى الرَّسُولِ وَإِلَى أُولِي الْأَمْرِ مِنْهُمْ لَعَلِمَهُ الَّذِينَ يَسْتَنْبِطُونَهُ مِنْهُمْ**﴾ [النساء: 83]

3 جعل القرآن العقل طريقاً إلى معرفة الله والإيمان بة بالعلم فقال تعالى: ﴿ **فَاعْلَمْ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مُتَقَلَّبَكُمْ وَمَثْوَاكُمْ**﴾[محمد:19] "والمعنى فاثبت على ما أنت عليه من العلم بوحدانية الله وعلى التواضع وهضم النفس باستغفار ذنبك وذنوب من على دينك"[2]

ودلل له على وحدانية الله بالعقل فقال تعالى: ﴿ **لَوْ كَانَ فِيهِمَا آلِهَةٌ إِلَّا اللَّهُ لَفَسَدَتَا فَسُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ عَمَّا يَصِفُون** ﴾[الأنبياء:22]

4 جعل القرآن العقل أداة العلم والمعرفة فقال تعالى: ﴿ **وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُون** ﴾[العنكبوت:43] قال الشوكاني: " أي هذا المثل وغيره من الأمثال التي في القرآن نضربها للناس تنبيها لهم وتقريبا لما بعد من أفهامهم وما يعقلها أي: يفهمها ويتعقل الأمر الذي ضربناها لأجله إلا العالمون بالله الراسخون في العلم المتدبرون المتفكرون لما يتلى عليهم وما يشاهدونه"[3]

يقول د. محمد عزالدين توفيق: " وقد وجه القرآن الكريم العقل الإنساني إلى وظائفه التي هيأه الله لها، وهي وظائف ثلاث كبرى:

الأولى: الكشف عن السنن التي تسير بها المخلوقات من جماد ونبات وحيوان وإنسان، بقصد تسخيرها والانتفاع بها.

الثانية: فهم معاني النصوص الشرعية، وإدراك الأسرار والحكم والمقاصد التي تضمنتها أحكامها، وإعمال الاجتهاد في هذه النصوص لاستنباط الأحكام الخاصة بمنطقة العفو التي تركها الشرع، وإعمال العقل في الترجيح عند ورود الأدلة المحتملة.

---

[1] - تفسير النسفي/ النسفي // ج 4 ص 239

[2] - المرجع السابق // ج 4 ص152

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 4 /ص204

الثالثة: الاعتبار من الحِكم والأسرار والربط بين ذلك كله، وبين وجود الإنسان فـــي الأرض ومهمته فيها"[1].

يقول الباحث: من هنا نلمس مدى نعمة العقل الذي وهبه الحـــق ســـبحانه للإنـــسان، وبدون سلامة العقل وصحته لا يمكن للإنسان أن يستشعر الصحة النفسية، ومـــدى اهتمـــام القرآن الكريم بالعقل، إذ أن الإنسان يقيس الأمور جميعها بعقلة ليميز بين الحـــسن والقبـــيح، والجيد والرديء.

فالعقل يَعصم صاحبه من كل ما يأباه له الشرع والحكمة، والعقل فهم وتفكيـــر ينظـــر فـــي الأمور كلها ظاهرها وباطنها، ويسترشد به للتمييز بين الخير والشر، وبين الصالح والطالح، والإيمان والكفر.

---

[1] - دليل الأنفس بين القرآن الكريم والعلم الحديث / د. محمد عزالدين توفيق/ ص 29/ دار السلام / ط3 / 2004م

المطلب الثاني

عناية القرآن بمتعلقات العقل:

العقل هو الذي يحمل تبعات الإنسان، وهو الذي يوجه الإنسان نحو ما ينفعه ويبعده عما يضره، وهو مناط المسئولية في الدنيا والآخرة، وهو محل العلم والتعلم الذي تُرفع به مكانته قال تعالى:﴿**يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ**﴾[المجادلة: 1] .

وقد دعا القرآن إلى العلم آمراً بالقراءة في أول فوج من آياته قال تعالى: ﴿**اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ، خَلَقَ الْأِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ، اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ، الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْأِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ**﴾[العلق: 1 5].

وأقسم بأداة العلم وهي القلم والله لا يقسم إلا بعظيم فقال تعالى: ﴿**نْ وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ**﴾[القلم:1].

ولا يعذر القرآن إنساناً قصر في استخدام عقله أو قام بتعطيله فقال تعالى: ﴿**وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَنْ نُؤْمِنَ بِهَذَا الْقُرْآنِ وَلا بِالَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَلَوْ تَرَى إِذِ الظَّالِمُونَ مَوْقُوفُونَ عِنْدَ رَبِّهِمْ يَرْجِعُ بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ الْقَوْلَ يَقُولُ الَّذِينَ اسْتُضْعِفُوا لِلَّذِينَ اسْتَكْبَرُوا لَوْلا أَنْتُمْ لَكُنَّا مُؤْمِنِينَ**﴾[سبأ:31].

لقد زود الله الإنسان بنعمه العقل ومتعلقاته، وهي العمليات العقلية، فمنحه القدرة على التفكير، والإدراك والانتباه، والتذكر، وفضل بعض الناس على بعض فجعل بينهم الفروق الفردية، وسيتناول الباحث عناية القرآن بهذه المتعلقات وهي: التفكير و والإدراك والانتباه، والتذكر،والفروق الفردية .

أولاً: عناية القرآن بالتفكير:

التفكير هو"العملية التي يتم بواسطتها تنظيم العقل لخبراته بطريقة جديدة لحل مشكله معينه. والتفكير إحدى مظاهر الذكاء، ويمكن التدريب علية وتنميته."[1]

" إن الإنسان يتميز عن الحيوان بما وهبه الله تعالى من عقل، ومن قدرة على التفكير تمكنه من النظر والبحث في الأشياء والأحداث، واستخلاص الكليات من الجزئيات، واستنباط النتائج من المقدمات.

[1] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د محمد عبد العال / ص122

إن قدرة الإنسان على التفكير هي التي جعلته أهلاً للتكليف بالعبـادات، وتحمـل مـسئولية الاختيار والإرادة، وهذا هو ما جعله أهلاً للخلافة في الأرض"[1]

يقول الباحث: ومن هنا دعا القرآن الكريم الإنسان إلى التفكر والتدبر بعقله في هذا الكون ليهتدي إلى الخير والإيمان فقال تعالى: ﴿**قُلْ إِنَّمَا أَعِظُكُمْ بِوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلَّـهِ مَثْنَـى وَفُرَادَى ثُمَّ تَتَفَكَّرُوا مَا بِصَاحِبِكُمْ مِنْ جِنَّةٍ** ﴾ [سـبأ: 46].

ومن عناية القرآن بالتفكير دعوته للتفكر في الكون الفسيح وما فيه من عجائب كونية، وقد امتدح أصحاب العقول الذين يتفكرون في خلق السماوات والأرض ليهتدوا لخالقهم فقـال تعالى: ﴿**إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْـتِلافِ اللَّيْـلِ وَالنَّهَـارِ لَآيَـاتٍ لِـأُولِي الْأَلْبَابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلاً سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ**﴾ [آل عمران:191،190]

" والمراد بأولي الألباب : أهل العقول الصحيحة الخالصة عن شوائب النقص فـإن مجـرد التفكير فيما قصه الله في هذه الآية يكفي العاقل ويوصله إلى الإيمان الذي لا تزلزلـه الـشبه ولا تدفعه التشكيكات... والمعنى : أنهم يتفكرون في بديع صـنعهما وإتقانهمـا مـع عظـم أجرامها فإن هذا الفكر إذا كان صادقا أوصلهم إلى الإيمان بالله سبحانه"[2]

وهذه الآيات الكونية جعلها الله طريقاً لمعرفته والإيمان به من خلال التفكيـر الـسليم فقـال تعالى: ﴿**أَيَوَدُّ أَحَدُكُمْ أَنْ تَكُونَ لَهُ جَنَّةٌ مِنْ نَخِيلٍ وَأَعْنَابٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ لَـهُ فِيهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ وَأَصَابَهُ الْكِبَرُ وَلَهُ ذُرِّيَّةٌ ضُعَفَاءُ فَأَصَـابَهَا إِعْـصَارٌ فِيـهِ نَـارٌ فَاحْتَرَقَتْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآياتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ**﴾ [البقرة:266].

ودعا العقل إلى التفكر في المخلوقات الكونية التي سخرها للإنسان فقال تعالى: ﴿**وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَـا فِـي الْـأَرْضِ جَمِيعـاً مِنْـهُ إِنَّ فِـي ذَلِـكَ لَآيَـاتٍ لِقَـوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**﴾[الجاثـية:13]، ومن الآيات التي سخرها الله لنا الأرض في ما ذكره القرآن قوله تعالى: ﴿ **وَهُوَ الَّذِي مَدَّ الْأَرْضَ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْهَاراً وَمِنْ كُلِّ الثَّمَـرَاتِ جَعَـلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**﴾[الرعد:3].

ومنها إنزال الماء من السماء لتنتفع منه المخلوقات الحية جميعاً والنباتات كما فـي قولـه: ﴿**هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لَكُمْ مِنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ تُسِيمُونَ يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ**

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص137

[2] - فتح القدير / الشوكاني / ج 1/ ص410

الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [النحل:10 11].

ودعا إلى التفكر في حشرة النحل وما تنتجه من العسل متعدد الألوان والفائدة فقال تعالى: **﴿وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتاً وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾** [النحل:68 69] "والمراد شراب في الآية هو العسل ومعنى مختلف ألوانه أن بعضه أبيض وبعضه أحمر وبعضه أزرق وبعضه أصفر باختلاف ذوات النحل وألوانها ومأكولاتها وجمهور المفسرين على أن العسل يخرج من أفواه النحل وقيل من أسفلها"[1]

ودعا إلى التفكر في نعمه الزواج فقال تعالى: **﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾**[الروم:21]

ودعا إلى التفكر في النوم والموت كحقيقة واقعه وملموسة فقال تعالى: **﴿ اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾** [الزمر:42]

وضرب الأمثال لأصحاب العقول ليتفكروا فيها ويعقلوها وينتفعوا بها فقال تعالى: **﴿ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ﴾**[الحشر: 21] "يضرب الله لهم هذه الأمثال ليتفكروا فيها، فينيبوا، وينقادوا للحق"[2].

ومن الأمثال التي دعا القرآن للتفكر فيها مصير من تنكب الصراط واتبع الشيطان والهوى في قوله تعالى: **﴿وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ﴾** [لأعراف:176]

ولفت الأنظار للتفكر في الحياة الدنيا وسرعة زوالها فقال تعالى: **﴿إِنَّمَا مَثَلُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ مِمَّا يَأْكُلُ النَّاسُ وَالْأَنْعَامُ حَتَّى إِذَا أَخَذَتِ الْأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ وَظَنَّ أَهْلُهَا أَنَّهُمْ قَادِرُونَ عَلَيْهَا أَتَاهَا أَمْرُنَا لَيْلاً أَوْ**

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص176

[2] - جامع البيان/ الطبري / ج 6/ ص5015

نَهَاراً فَجَعَلْنَاهَا حَصِيداً كَأَنْ لَمْ تَغْنَ بِالْأَمْسِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾[يونس:24]

" إن القرآن الكريم بدعوته الإنسان إلى الملاحظة والنظر والتفكير في الظواهر الكونية، قد وضع الأساس للتفكير العلمي السليم الذي يبدأ بالملاحظة وجمع البيانات، واستنتاج النتائج، ثم التحقق من صحة النتائج، وكان اهتمام القرآن الكريم بدعوة الناس إلى الملاحظة والنظر والتفكير دافعاُ قوياً للمسلمين إلى الاهتمام بتحصيل المعرفة والعلم، وإجراء البحوث التجريبية، مما أدى إلى انبثاق النهضة العلمية في المجتمع الإسلامي"[1]

ويرى الباحث أن التفكير في الكون وآياته وما فيه من جمال وإبداع ونظام متقن وفق قوانين ثابتة تتحكم في نظام الكون وظواهره، يقود الإنسان إلى التسليم الكامل لخالق الكون ومبدعه، والإيمان به.

وهذا التفكير الذي يقود إلى الإيمان، يجعله يشعر بالراحة والطمأنينة لكل ما يقدره هذا الخالق المنعم، بل ويشكره على ما يسخره له من مخلوقات في هذا الكون.

ثانياً: عناية القرآن بالإدراك:

الإدراك هو: "تنظيم الإحساسات الجديدة في ضوء الخبرة السابقة"[2]

" والإدراك نعمه كبيرة أنعم الله بها على الإنسان، وهي عملية معقدة غاية التعقيد تستغرق نشاط الجوارح والأعصاب والمخ ويتدخل فيها البيئة الاجتماعية أو الثقافية والسن والذكاء والخبرة والعقيدة"[3]

" إن عملية الإدراك عملية لها جانبان، جانب ذاتي وجانب موضوعي، فهو استجابة نفسية لمجموعة مركبة من المنبهات الحسية التي تصدر عن العالم الخارجي، وهي استجابة تصدر عن كائن بشري وهبه الله تعالى نعمة الإحساس والتعقل والإرادة، أي عن إنسان له شخصية لها تفردها بخبراتها وإطارها الاجتماعي وذكرياتها واتجاهاتها النفسية ومعتقداتها وقيمها"[4]

" إن قدرة العقل الإنساني على الإدراك والمعرفة محدودة"[5]

---

1 - الحديث النبوي وعلم النفس / د. نجاتي / ص144

2 - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. محمد عبد العال / ص 69

3 - الإسلام وقضايا علم النفس الحديث/ د. نبيل السمالوطي / ص132

4 - المرجع السابق / ص133

5 - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص124

والباحث يؤيد هذا القول حيث أن الإنسان يدرك ما يحيط به من محسوسات وماديـــات، لكنه لا يستطيع أن يدرك الأمور الغيبية ولكنه يؤمن بها ومنها:

1 - عدم إدراك حقيقة ذات الله قال تعالى: ﴿**لا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ**﴾[الأنعام:103] أي: " لا تدركه أي لا تحيط به"[1]

2 - عدم إدراك حقيقة اليوم الآخر: قال تعالى: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْحَاقَّةُ**﴾ [الحاقة:3] أي: " أنك لا تعلمها إذ لم تعاينها ولم تر ما فيها من الأهوال "[2]

وكذا قوله تعالى: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا يَوْمُ الْفَصْلِ**﴾ [المرسلات:14] وقال: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَـــا يَوْمُ الدِّينِ ثُمَّ مَا أَدْرَاكَ مَا يَوْمُ الدِّينِ**﴾[الانفطـــار:17 18]، وقـــال: ﴿ **وَمَـــا أَدْرَاكَ مَـــا الْقَارِعَةُ**﴾[القارعة:3]

3 عدم إدراك حقيقة النار: قال تعالى: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْحُطَمَةُ**﴾[الهمـــزة:5]، وقـــال: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا سَقَرُ**﴾[المدثر:27] "وهذا تهويل لأمرها وتفخيم"[3]

4 -عدم إدراك حقيقة الكتب يوم القيامة: قال تعالى: ﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا سِجِّينٌ، كِتَابٌ مَرْقُومٌ**﴾ [المطففين:8 9] ، وقال:﴿**وَمَا أَدْرَاكَ مَا عِلِّيُّونَ، كِتَابٌ مَرْقُـــومٌ**﴾[المطففـــين:19 20] أي: " كتاب مختوم "[4]

" فالحواس والعقل وسيلتان يستعين بهما الإنسان في الإدراك والمعرفة، ولكنهما غير كـــافيين وحدهما للوصول إلى المعرفة اليقينية في كثير من الأمور، فهما لا يستطيعان معرفة الأمور الغيبية التي لا يستطيع الإنسان أن يدركها بحسه ولا بعقله"[5]

ويقول د. بنيل السمالوطي : "هناك عوامل ذاتية تؤثر على المدركات وهي :

1 الحالة الجسمية للفرد: فإدراك السليم غير إدراك المريض، وإدراك الجائع غيـــر إدراك غير الجائع.

2 الحالة المزاجية: فالرضا والسخط والغضب ... الخ، يؤثر بشكل واضـــح فـــي عمليـــة اختيار وتأويل المدركات، فانفعال القوى يشوه الإدراك، فالزوج الغيـــور جـــداً يتـــأو كـــل تصرفات زوجته بطريقة غير سليمة.

[1] - تفسير البيضاوي/ البيضاوي / ج 1/ ص315

[2] - تفسير معالم التنزيل/ البغوي / ج 4 / ص355

[3] - تفسير القرآن العظيم ، ابن كثير / ج 4/ ص548

[4] - تفسير الجلالين / جلال الدين السيوطي وجلال الدين المحلي / ص580

[5] - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص124

3 العواطف والرغبات والميول الشخصية: فالإنسان لا يرى في صديقه الذي يحبه أو في زوجته تلك العيوب التي يراها الآخرون المحايدون، وفي الميول الشخصية فيبدو في انتقاء موضوعات من مجلة واحدة للقراءة، فكل إنسان يدرك فوراً الموضوع الذي يتفق مع اهتماماته وميوله الشخصية ويركز عليها.

4 أثر المعتقدات والقيم: تبدو أثر المعتقدات الدينية ظاهرة جليه في الإدراك من حيث الانتقاء والتفسير، فالمسلم لا ينظر إلى المحرمات، كما أنه لا يأكل المحرمات، يدرك الدم ولحم الخنزير بشكل مخالف تماماً عن إدراك غير المسلم.

5 الاضطرابات النفسية والعقد: فالاضطرابات النفسية كالعقد النفسية والكبت المسرف، تشوه الإدراك"[1]

يقول الباحث: لابد أن تكون الحالة الجسمية والمزاجية والعواطف والرغبات والميول والمعتقدات والقيم تعمل بشكل سليم وصحيح، وتخلو من الاضطرابات النفسية والعقد، لكي يكون الإدراك سليماً وصحيحاً.

فإذا اختل أحد هذه العوامل اختل الإدراك واضطرب، مما يسيء الصحة النفسية للإنسان، وتكون التشوهات والعقد النفسية هي السمة البارزة لصحة الإنسان.

"ويمكن القول بوجود صله وثيقة بين الإدراك كعملية عقلية وبين الصحة النفسية، ذلك لأن توافقنا الاجتماعي، وقدرتنا على العيش بسلام وسط الناس، يتوقف على قدرتنا على الإدراك السليم لمكونات البيئة الاجتماعية من عادات وأعراف وتقاليد ومعتقدات، وما هو مرغوب فيه وما هو مرغوب عنه، كما يتوقف على طبيعة تصور الذات أي: تصور الإنسان لموقعه الفعلي داخل مجتمعه، من حيث حجمه الاجتماعي، واتجاهه نحو الآخرين، واتجاهات الآخرين نحوه، وأي خلل في هذه الإدراكات يسببا لنا الاضطرابات النفسية، ويدخلنا في دائرة سوء التوافق والمرض النفسي"[2]

ثالثاً : عناية القرآن بالانتباه:

" العلاقة بين الإدراك والانتباه علاقة وثيقة، ذلك أن الانتباه عملية أساسية تسبق الانتباه وتمهد له، فإذا كان الانتباه هو الالتفات إلى شيء معين مجهول أو معلوم، فالإدراك هو معرفة هذا الشيء"[3]

[1] - الإسلام وقضايا علم النفس الحديث / د. نبيل السمالوطي / ص 133،134 بتصرف

[2] - المرجع السابق/ ص 116،117

[3] - الإسلام وقضايا علم النفس الحديث / د. نبيل السمالوطي/ ص 117

ويرى الباحث أن الانتباه أمر مهم وضروري في العلم والتعلم، فلا يمكننا أن نفهم شـــيئاً أو نتعلمه بدون أن ننتبه إليه.

1 - أهمية الانتباه:

لقد أشار القرآن إلى أهمية الانتباه فقال تعالى: ﴿**إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْــبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ**﴾[قّ:37] " أي: استمع الكلام فوعاه، وتعقله بقلبه وتفهمه بلبه"[1].

ولفت الانتباه بقصص الأمم السابقة، وقصص الأنبياء والمرسلين، لأخذ العبرة والدرس فقال تعالى: ﴿**وَكُلّاً نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ الرُّسُلِ مَا نُثَبِّتُ بِهِ فُؤَادَكَ وَجَاءَكَ فِي هَذِهِ الْحَــقُّ وَمَوْعِظَةٌ وَذِكْرَى لِلْمُؤْمِنِينَ**﴾ [هود:120].

ولفت الانتباه إلى الذكر فقال تعالى: ﴿**كَذَلِكَ نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ مَا قَدْ سَبَقَ وَقَدْ آتَيْنَاكَ مِنْ لَدُنَّا ذِكْراً**﴾[طــه:99]

ولفت الانتباه إلى فساد الملوك بالتأكيد على قول بلقيس فقال تعالى: ﴿ **قَالَتْ إِنَّ الْمُلُــوكَ إِذَا دَخَلُوا قَرْيَةً أَفْسَدُوهَا وَجَعَلُوا أَعِزَّةَ أَهْلِهَا أَذِلَّةً وَكَذَلِكَ يَفْعَلُونَ**﴾[النمل:34].

فقوله وكذلك يفعلون يلفت الانتباه إلى حقيقة فساد الملوك

"أشار القرآن الكريم إلى أهمية الانتباه في سورة المزمل، أن القيام بعد النوم يجعل الإنـــسان أكثر انتباهاً لمعاني القرآن، وأكثر تفهماً لها، ولعل ذلك راجع إلى راحة الذهن بعد النوم من جهة، وإلى الهدوء الذي يسود الليل وعدم الانشغال بالأمور المعيشية التي تشغل بال الإنسان عادة في أثناء النهار من جهة أخرى، يقول تعالى: ﴿**إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئاً وَأَقْوَمُ قِيلاً**﴾ [المزمل:6]

وأشار القرآن إلى أهمية الانتباه في الفهم والتعلم في قولـــة تعـــالى: ﴿**وَإِذَا قُــرِئَ الْقُــرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ**﴾[الأعراف:204]، فالاستماع إلى القرآن، والإنصات إليه، يتضمن معنى الانتباه إلى ما يقرأ من آياته لتدبر معناها وفهمها، وتَعلُم مـــا فيهـــا مـــن عقائد، وتعاليم وأوامر ونواه وعبر وحكم، ومن الواضح أن في ذلك إشارة إلى أهمية الانتباه في الفهم والتعلم"[2]

يقول الباحث : نخلص إلى أمورا هامه جداً في الانتباه ليكون سليماً وصحيحاً وهي:

أ - راحة الجسد والذهن بالنوم.

---

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4 / ص276

[2] - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص 181،182

ب - الهدوء، وأنسب أوقاته الليل حيث السكون والصمت فلا يشوش على الانتباه أي صوت.

ج - عدم انشغال البال بأمور الدنيا وأي أمور أخرى.

د الاستماع مع الإنصات يركز الانتباه.

2 - العوامل المؤثرة في الانتباه:

وقد ذكر السمالوطي العوامل المسئولة عن جذب الانتباه، فجعلها قسمين: أولهما: العوامل الخارجية وثانيهما:العوامل الداخلية فقال:

" أ - **العوامل الخارجية للانتباه** : وأهمها :

1 - شده المنبه:

مثل الألوان الزاهية شديدة الوضوح، أو الأصوات العالية أو الروائح النفاذة مثل قولة تعالى: ﴿**إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسُرُّ النَّاظِرِينَ**﴾[البقرة: 69]

2 - **تكرار المنبه:**

مثل البائع الجائل ينادي على السلعة التي يبيعها مرة واحدة فقط فلا يجذب الانتباه ولكن إذا كرر النداء جذب الانتباه ومنها تكرار نداء إبراهيم لأبيه ليلفت انتباهه لخطر عبادة الأصنام فقال تعالى: ﴿ **وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّهُ كَانَ صِدِّيقًا نَبِيًّا إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ لِمَ تَعْبُدُ مَا لَا يَسْمَعُ وَلَا يُبْصِرُ وَلَا يُغْنِي عَنْكَ شَيْئًا يَا أَبَتِ إِنِّي قَدْ جَاءَنِي مِنَ الْعِلْمِ مَا لَمْ يَأْتِكَ فَاتَّبِعْنِي أَهْدِكَ صِرَاطًا سَوِيًّا يَا أَبَتِ لَا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيًّا يَا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِنَ الرَّحْمَنِ فَتَكُونَ لِلشَّيْطَانِ وَلِيًّا**﴾[مريم: 41 - 45]

ومنها تكرار قوله تعالى في سورة الرحمن ليلفت انتباه القارئ إلى نعَم الله تعالى فكرر قوله تعالى: ﴿**فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ** ﴾ [الرحمن:13] إحدى وثلاثين مرة، وكرر قوله تعالى: ﴿ **وَيْلٌ يَوْمَئِذٍ لِلْمُكَذِّبِينَ**﴾ [المرسلات:15] في سورة المرسلات عشر مرات للتأكيد على عقاب المكذبين.

3 - تغير المنبه:

مثل المؤثرات الرتيبة لا تجذب الانتباه، فكلما كان المنبه متغيراً كلما جذب الانتباه بشكل أقوى، فعادة لا ننتبه إلى موتور السيارة طالماً أن صوته عادي، إنما ننتبه إذا أصابه شيء فغير صوته.

وقد استعمل القرآن هذا المنهج في القصص القرآني فتارة يبدأ بسرد القصة كاملة كقصة يوسف علية السلام، وأخرى يبدأ بنهايتها ثم يشرع في التفصيل كغزوة الأحزاب قال تعالى:

﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ جَاءَتْكُمْ جُنُودٌ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا وَجُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَكَانَ اللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرًا** ﴾ **[الأحزاب:9]**

4 - وضوح المنبه:

كبروز المنبه على الأرصفة المختلفة : كوضع الإعلانات على مكان يبرزهـا ويوضـحها. وقد وضح القرآن الدين الذي رضي الله عنه فقال: ﴿**الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا**﴾ [المائدة: 3]

5 - موقع المنبه:

فمثلاً المعلومات الموجودة على الصفحة الأولى من الجرائد تجذب الانتباه بشكل أقوى من المعلومات في الداخل، والمعلومات في أعلى الصفحة تجذب الانتباه أقوى من أسفلها.

ولقد اهتم القرآن بموقع المنبه في بداية السور مثل قوله تعالى: الحآقة، والقارعة، ومعظم سور القرآن كقوله تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَمَا هُمْ بِسُكَارَى وَلَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ** ﴾ [**الحج: 1 2].**

6 - حركة المنبه:

مثل رفع الخطيب صوته أو خفضه فيجذب المستمعين بنبرات صوته.

ب العوامل الداخلية لجذب الانتباه: وأهمها:

1 **- الحاجات البيولوجية:**

كالجوع والعطش والنوم والراحة، فالجائع أول ما يدركه الأكل والعطشان أول ما يسترعي انتباهه السوائل.

2 - الحاجات الأساسية للإنسان:

فلدى الإنسان تهيؤ ذهني مستمر للانتباه إلى كل ما يسبب له الخطر، حماية لذاته ونوعه قال تعالى: ﴿**وَأَلْقِ عَصَاكَ فَلَمَّا رَآهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَانٌّ وَلَّى مُدْبِراً وَلَمْ يُعَقِّبْ يَا مُوسَى لا تَخَفْ إِنِّي لا يَخَافُ لَدَيَّ الْمُرْسَلُونَ**﴾**[**النمل:10]

3 - التهيؤ الذهني أو الاستعداد المسبق:

كالشخص الذي ينزل إلى السوق لشراء سلعة معينه يكون أكثر استعداداً للانتباه إليها وإدراكها بالمقارنة بغيرها

3 - **الاهتمامات والميول المكتسبة:**

فكل شخص ينتبه إلى ما يتفق مع مجال اهتمامه، فهذا اهتمامه بكره القدم، وذاك بالزراعة، وآخر بأنواع السيارات"[1].

ويرى الباحث أن الانتباه يكون سليماً وفاعلاً ومركزاً إذا توفرت أسبابه، وإذا تشتت الانتباه، فإنه مؤشر على اضطرابات نفسية، أو مشكلات اجتماعية يحياها الإنسان فتنعكس بالتأثير السلبي على انتباهه، وتجعله عرضه للإصابة بمرض نفسي، ومن ثَم اختلال الصحة النفسية.

رابعاً: عناية القرآن بالتذكر:

"التذكر ضد النسيان، والتذكر: بمعنى الفطنة والحفظ والتمجيد، والذكر يراد به هيئة النفسية يمكن للإنسان أن يحفظ ما يقتنيه من المعرفة"[2]

أ - أهميه التذكر:

" للتذكر أهميه عظيمه الشأن في حياة الإنسان، إذ أن تذكرنا لتعلمنا السابق ولمعلوماتنا وخبراتنا السابقة يمكننا من حل ما يواجهنا من مشكلات جديدة في المستقبل، كما يساعدنا على مواصلة التقدم في اكتساب معلومات جديدة، وفي اكتشاف حقائق جديدة، وهذا هام في تطور التقدم العلمي والحضاري للإنسان "[3]

ويرى الباحث أن هذا القول له انعكاساته على الصحة النفسية للإنسان، فالإنسان الذي يتمتع بذاكرة جيدة تحقق له حل المشكلات التي تعترضه، وتيسر له التقدم والاكتشاف والتطور، وتحقق له رضاً عن النفس، وتشبع حاجاته النفسية، مما يشعره بالسعادة والسرور بتحقيق هذه الانجازات، والذي يضعف عنده التذكر يصاب بالإحباط والاكتئاب، لما يصيبه بالحرج في المواقف والمواطن المختلفة.

وقد أمر الله رسوله الكريم بتذكير الناس بالله وبالقرآن فقال تعالى: ﴿**هَـذَا بَلاغٌ لِلنَّاسِ وَلِيُنْذَرُوا بِهِ وَلِيَعْلَمُوا أَنَّمَا هُوَ إِلَهٌ وَاحِدٌ وَلِيَذَّكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ**﴾[إبراهيم:52] أي: "هَذَا كفاية في التذكير والموعظة"[4]

وأمره بالتذكير بالقرآن فقال تعالى: ﴿ **فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخَافُ وَعِيدِ**﴾ [قّ: 45] قال الرازي: "المراد فذكر بمقتضى ما في القرآن من الأوامر الواردة بالتبليغ والتذكير، وحينئذ

---

[1] - بتصرف / - الإسلام وقضايا علم النفس الحديث / د. نبيل السمالوطي / ص119 - 121

[2] - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. محمد عبد العال / ص 76

[3] - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص209

[4] - الكشاف/ الزمخشري / ص385/ ج 2

يكون ذكر القرآن لانتفاع النبي ﷺ به أي: اجعل القرآن إمامك، وذكرهم بما أخبرت فيه بأن تذكرهم، وعلى الأول معناه اتل عليهم القرآن ليتذكروا بسببه"[1]

وبَين دور النبي بأنه مُذَكِر للناس فقال تعالى: ﴿**فَذَكِّرْ إِنَّمَا أَنْتَ مُذَكِّرٌ**﴾[الغاشية:21] "اعلم أنه تعالى لما بين الدلائل على صحة التوحيد والمعاد قال لرسولهﷺ: ﴿**فَذَكِّرْ إِنَّمَا أَنْتَ مُذَكِّر**﴾[الغاشية:21] وتذكير الرسول إنما يكون بذكر هذه الأدلة وأمثالها والبعث على النظر فيها والتحذير من ترك تلك وذلك بعث منه تعالى للرسول على التذكير والصبر على كل عارض معه وبيان أنه إنما بعث لذلك دون غيره فلهذا قال: ﴿ **إِنَّمَا أَنْتَ مُذَكِّرٌ**﴾ [الغاشية:21] "[2].

وقال: ﴿**فَذَكِّرْ إِنْ نَفَعَتِ الذِّكْرَى**﴾[الأعلى:9] " أي فذكر الناس حسبما يسرناك له بما يوحى إليك، وأهدهم إلى ما في تضاعيفه من الأحكام الشرعية كما كنت تفعله لا بعد ما استتب لك الأمر كما قيل وتقييد التذكير بنفع الذكرى"[3]

وبَين أن الذي ينتفع بالتذكير هم المؤمنون فقال تعالى: ﴿**وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ**﴾ [الذاريات:55] " ذكرهم بالعقوبة وأيام الله. وخص المؤمنين لأنهم المنتفعون بها"[4].

ب - آفة النسيان:

النسيان : "هو الإخفاق في استرجاع الخبرة السابقة للانتفاع بها في مواقف الحياة.

أو هو فقدان جزئي أو كلي، مؤقت أو دائم لما اكتسبه الإنسان من ذكريات وخبرات ومهارات نظرية وحركية.

ومن ثَم فهو عجز عن الاسترجاع أو التعرف لما سبق اكتسابه"[5]

يرى الباحث أن النسيان من المشكلات التي تؤثر على مستوى الصحة النفسية، وهو مرض يصيب الناس بالكآبة، لما يحدثه من حرج ومعوق في العديد من المواقف التي يحتاج فيها الإنسان إلى التذكر، واسترجاع المعلومات الضرورية، وغالباً ما يصيب الإنسان في حالات تقدم العمر وكبر السن .

ج - أنواع النسيان:

---

1 - التفسير الكبير / الفخر الرازي / ج 7/ ص626

2 - المرجع السابق/ ج 8/ ص 391

3 - تفسير أبي السعود/ أبو السعود/ ج 5/ ص 861

4 - الجامع لأحكام القرآن / القرطبي / ج 9 / ص49

5 - المفاهيم النفسية في القرآن / د السيد محمد عبد العال / ص 139

ذكر د. نجاتي أنواعاً من النسيان وهي:

"1 النسيان الذي يطرأ في الذهن على الأحداث، وأسماء الأشخاص، والمعلومات المختلفة التي اكتسبها الإنسان من قبل، وهو النسيان العادي يتعرض له الناس نتيجة تزاحم المعلومات وتداخلها. ومنها قوله تعالى: ﴿**سَنُقْرِئُكَ فَلا تَنْسَى**﴾[الأعلى:6]

2 - النسيان الذي ينطوي على معنى السهو، كما ينسى الإنسان شيئاً ما في مكان ما، كما قال تعالى عن غلام موسى:﴿**قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنْسَانِيهُ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ**﴾ [الكهف: 63]

3 النسيان بمعنى ذهاب الاهتمام بأمر ما ، يقول تعالى: ﴿**نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُونَ**﴾[التوبة: 67]ومعنى نسوا الله أي أنهم تركوا طاعته لذهاب اهتمامهم بإطاعة أوامره ، ومعنى فنسيهم أي صرف عنهم فضله وتركهم إلى نفوسهم.

ومنه قوله تعالى: ﴿**وَلا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ**﴾[الحشر:19]

ومن النسيان ما نسب لآدم في قولة تعالى: ﴿**وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَى آدَمَ مِنْ قَبْلُ فَنَسِيَ وَلَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْماً**﴾ [طـه:115][1]

ويرى الباحث أن القرآن ذَكر النسيان في آيات كثيرة وهي في مقام الذم والعقاب ومنها قوله تعالى: ﴿**فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَإِذَا هُمْ مُبْلِسُونَ**﴾[الأنعام:44]

وقوله:﴿**الَّذِينَ اتَّخَذُوا دِينَهُمْ لَهْواً وَلَعِباً وَغَرَّتْهُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فَالْيَوْمَ نَنْسَاهُمْ كَمَا نَسُوا لِقَاءَ يَوْمِهِمْ هَذَا وَمَا كَانُوا بِآيَاتِنَا يَجْحَدُونَ**﴾[الأعراف:51]

وقوله: ﴿**فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ أَنْجَيْنَا الَّذِينَ يَنْهَوْنَ عَنِ السُّوءِ وَأَخَذْنَا الَّذِينَ ظَلَمُوا بِعَذَابٍ بَئِيسٍ بِمَا كَانُوا يَفْسُقُونَ**﴾[الأعراف:165]

وقوله: ﴿**وَلَكِنْ مَتَّعْتَهُمْ وَآبَاءَهُمْ حَتَّى نَسُوا الذِّكْرَ وَكَانُوا قَوْماً بُوراً**﴾[الفرقان: 18]

وقوله: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ**﴾[صّ: 26]

وقوله: ﴿**وَقِيلَ الْيَوْمَ نَنْسَاكُمْ كَمَا نَسِيتُمْ لِقَاءَ يَوْمِكُمْ هَذَا وَمَأْوَاكُمُ النَّارُ وَمَا لَكُمْ مِنْ نَاصِرِينَ**﴾ [الجاثـية:34]

---

[1] - القرآن وعلم النفس / د. نجاتي / ص 210،211

ويسعى الشيطان إلى إغواء بني آدم بالشهوات واللذات المحرمة، ويصرفهم عن طاعة الله بالسهو عنها ،ويشغلهم عن ذكر الله بالنسيان يقول تعالى: ﴿**اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنْسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولَئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ**﴾[المجادلة:19]

د - علاج النسيان :

يرى الباحث أن علاج النسيان المتعلق بغفلة الإنسان وانشغاله عن أداء الطاعات وفعل الخيرات هو الإكثار من ذكر الله تعالى لقوله: ﴿ **وَاذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ** ﴾[الكهف: 24]، وقد أمر الله تعالى المسلمين بذكره بعد فراغهم من أداء صلاة الجمعة وذهابهم إلى أعمالهم فقال تعالى: ﴿**فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيراً لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**﴾[الجمعة:10]

فإذا داوم الإنسان على ذكر الله حتى يصبح عادة ملازمه له ، امتلأ قلبه إيماناً وطمأنينة لقوله تعالى:﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾[الرعد:28] أي:" وتستقر قلوبهم وتسكن بِذِكْرِ الله"[1]، وبتكرار الذكر يصبح لسانه رطباً بذكر الله، وهذا فيه من الارتقاء الروحي، وصفاء النفس، وشفافية القلب، ما تشرح الصدر وفي هذا يقول تعالى: ﴿**أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلالٍ مُبِينٍ**﴾ [الزمر:22] "﴿ **أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلإِسْلامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ**﴾ أي: هل يستوي هذا ومن هو قاسي القلب بعيد من الحق؟! كقوله تعالى: ﴿**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا**﴾ [الأنعام:122] ولهذا قال: ﴿ **فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ**﴾ أي: فلا تلين عند ذكره ولا تخشع ولا تعي ولا تفهم"[2]

ويقول الباحث: فإذا كان ذكر الله في علاج نسيان الطاعة والذكر، فإن نسيان الأمور الدنيوية يعالجها بذكر الله أيضاً، فإذا نسي الإنسان من أمور الدنيا شيئاً فليكثر من ذكر الله، ليرد الله عليه ضالته من النسيان.

خامساً: عناية القرآن بالفروق الفردية:

[1] - تفسير الألوسي/ الألوسي / ج 5/ ص149

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4/ ص 61

لقد وهب الله الناس العقول والأجسام والإمكانات والقدرات، وجعل فيهم الدوافع والانفعالات، ولكن الله لم يخلق الناس جميعاً على هيئة واحدة من العقل والجسم والإمكانات والقدرات والدوافع والانفعالات، بل جعل بينهم فروقاً مختلفة، فالعقول يختلف ذكاؤها وقدراتها عن بعضها البعض وتختلف الأجسام في أشكالها وقدراتها وطاقات تحملها وتختلف طباعها وغير ذلك، وهو ما يسمى بالفروق الفردية وفي هذا يقول الله تعالى: ﴿ **وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضاً سُخْرِيّاً** ﴾ [الزخرف: 32] أي: "وأوقعنا بينهم التفاوت في الرزق وغيره ليتخذ بعضهم بعضا سخريا ليستعمل بعضهم بعضا في حوائجهم فيحصل بينهم تآلف وتضام ينتظم بذلك نظام العالم"[1]

ويقول د. نجاتي: "توجد فروق فردية كثيرة بين الناس، في ألوانهم، وألسنتهم، وفي قدراتهم البدنية والعقلية، وفي قدرتهم على التعلم، وفي سماتهم الشخصية المختلفة"[2]

يقول الباحث: ويشهد لفروقات الألسنة والألوان قوله تعالى: ﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْعَالِمِينَ** ﴾ [الروم:22] ، ويشهد للفروقات في القدرات البدنية والعقلية قوله تعالى:﴿ **قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ**﴾[البقرة: 247]

ويقول السمالوطي: " اكتشف الناس هذه الظاهرة الواضحة التي يطلق عليها علماء النفس الفروق الفردية في القدرات والذكاء والميول والاستعدادات، ومعرفتنا بهذه الظاهرة تستوجب أن نستفيد منها بطريقة علمية في مختلف عمليات التوجيه المهني والتوجيه التربوي، حتى نستفيد من هذه الفروق، دون توجيه الأفراد إلى امتهان المهن التي تتفق مع ذكائهم وقدراتهم وميولهم، حتى لا نسيء إلى الشخص ونسبب له إحباطات متكررة، وشعور بالعجز والفشل، بل علينا أن نستفيد من جميع الطاقات ووضع الرجل المناسب في المكان المناسب لإمكاناته"[3]

ويرى الباحث أن من نعمه الله على البشر أن جعل بينهم الفروق الفردية، ليخدم بعضهم بعضاً فلو أن جميع الناس كانوا أطباء أو مهندسين، فمن أين نبني المنازل ونزرع النبات ونصنع الطعام واللباس، ومن يُعَلم الناس، إلى غير ذلك مما تَقوم به حياة الناس.

الفروق الفردية في القرآن الكريم:

---

[1] - تفسير البيضاوي/ البيضاوي / ج 2/ ص372

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. نجاتي / ص 253

[3] - بتصرف الإسلام وقضايا علم النفس الحديث/ د. نبيل السمالوطي/ ص162

تتعدد أشكال الفروق الفردية بين الناس، ووجد الباحث أن القرآن الكريم قد ذكر العديد من هذه الفروق ومنها:

1 - الفروق بين الناس والنبوة والرسالة:

فقد اصطفى الله من خلقة الأنبياء والرسل فقال تعالى: ﴿**اللَّهُ يَصْطَفِي مِنَ الْمَلَائِكَةِ رُسُلاً وَمِنَ النَّاسِ إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ بَصِيرٌ**﴾[الحج:75]، وقد جعل بين الأنبياء والرسل أنفسهم فروقاً فرديه فجعل منهم أنبياء ، وجعل من الأنبياء رسلاً ، وجعل من الرسل أولي العزم ، وفضل بعضهم على بعض فقال تعالى: ﴿**تِلْكَ الرُّسُلُ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ مِنْهُمْ مَنْ كَلَّمَ اللَّهُ وَرَفَعَ بَعْضَهُمْ دَرَجَاتٍ**﴾[البقرة: 253]

2 - الفروق في مراتب الدين:

وهي مرتبة الإسلام عملاً بالأركان الخمسة، ومرتبة الإيمان بالأركان الستة، ومرتبة الإحسان وهي الأكمل قال تعالى: ﴿ **قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ**﴾ [الحجرات: 14] .

3 - الفروق في العلم :

حيث فضل الله أهل العلم على غيرهم من البشر، ورفع درجتهم فقال تعالى: ﴿**يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ**﴾[المجادلة: 11]

4 - الفروق في الحكمة والذكاء:

فالناس يتفاوتون في قدراتهم العقلية، وتختلف نسبه الذكاء بين الناس، فمنهم الذكي، ومنهم الغبي، ومنهم بين ذلك، مما يجعل بينهم تفاوتاً وفروقاً في الحكمة قال تعالى: ﴿**يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْراً كَثِيراً** ﴾[البقرة: 269]

4 - **الفروق الفردية في الألسنة والألوان :**

فقد جعلها الله آية دالة على قدرته سبحانه فقال: ﴿ **وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِلْعَالِمِينَ**﴾[الروم:22]

فمن الفروق بين الناس أن منهم من يتكلم اللغة العربية، أو الإنجليزية، أو الفرنسية، أو الفارسية، أو العبرية، أو بعضها أو جميعها، وهذا من الفروق في الألسنة بين الناس والأمم، وهناك فروقاً في ألوان الناس فمنهم الأسمر، والأحمر، والأصفر، والأبيض... وغير ذلك، يقول تعالى: ﴿**وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ**﴾ [فاطر:28]

6 - الفروق في الجسم:

فهناك الجسم القوي والجسم الضعيف، ومنه الطويل أو المتوسط أو القصير، ومنه النحيف والبدين و المتوسط، ومنه الخشن ومنه الناعم، وقد بَين القرآن الفروق في الأجسام في قوله تعالى: ﴿ **قَالَ إِنَّ اللَّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ** ﴾ [البقرة: 247]

7 - الفروق في المال:

فمن الناس الغني، ومنهم الفقير ومنهم المسكين، واليتيم وابن السبيل ، منهم من يملك المال، ومنهم من لا يملكه، ومنهم متوسط الحال ، قال تعالى: ﴿**مَا أَفَاءَ اللَّهُ عَلَى رَسُولِهِ مِنْ أَهْلِ الْقُرَى فَلِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ وَلِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ كَيْ لا يَكُونَ دُولَةً بَيْنَ الْأَغْنِيَاءِ مِنْكُمْ**﴾ [الحشر: 7] وقال: ﴿ **وَأَنَّهُ هُوَ أَغْنَى وَأَقْنَى**﴾ [النجم:48]

8 - الفروق في فعل الخيرات:

قال تعالى: ﴿**ثُمَّ أَوْرَثْنَا الْكِتَابَ الَّذِينَ اصْطَفَيْنَا مِنْ عِبَادِنَا فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ وَمِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ بِإِذْنِ اللَّهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَضْلُ الْكَبِيرُ**﴾[فاطر:32]

يقول د. القرضاوي:" فالظالم لنفسه هو: المقصر، التارك لبعض الواجبات، المرتكب لبعض المحرمات.

والمقتصد هو: المقتصر على فعل الواجبات، وإن ترك المندوبات، وعلى ترك المحرمات، وإن فعل المكروهات.

والسابق هو: الذي يزيد على فعل الواجبات، أداء السنن والمستحبات، وعلى ترك المحرمات، ترك المشبهات والمكروهات، بل ربما ترك بعض الحلال خشية الوقوع فيما يحرم أو يكره.

فالآية الكريمة تجعل هؤلاء الأصناف الثلاثة على تفاوت مراتبهم من الأمة التي اصطفاها الله من عبادة، وأورثها الكتاب"[1]

9 - الفروق في الخيرية:

فخير الناس بعد الرسل المهاجرين قال تعالى: ﴿ **لِلْفُقَرَاءِ الْمُهَاجِرِينَ الَّذِينَ أُخْرِجُوا مِنْ دِيَارِهِمْ وَأَمْوَالِهِمْ يَبْتَغُونَ فَضْلاً مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَاناً وَيَنْصُرُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ**﴾[الحشر:8]

ثم الأنصار وفيهم قال الله تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ تَبَوَّأُوا الدَّارَ وَالْأِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ**﴾[الحشر:9]

[1] - الخصائص العامة للإسلام / د. يوسف القرضاوي / ص 153،154

ثم التابعين وتابعيهم بإحسان فقال تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾[الحشر:10]

وبحسب هذه الفروق بين الناس يتفاوتون أيضاً في مستوى الصحة النفسية تبعاً لذلك، والناس يتفاوتون: علماً وجهلاً ، وغنىً وفقراً، وقوةً وضعفاً، صحة ومرضاً.

لذا راعى القرآن الكريم الحالة النفسية والصحية في هذه الفروق بين الناس فكلف البالغ دون غير البالغ، وخفف ويسر من صلاة المسافر والمريض وصيامه قال تعالى: ﴿ **فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ**﴾ [البقرة: 184].

وراعى الغير القادر عن الجهاد والمعذور فقا : ﴿**لا يَسْتَوِي الْقَاعِدُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ غَيْرُ أُولِي الضَّرَرِ وَالْمُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فَضَّلَ اللَّهُ الْمُجَاهِدِينَ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ عَلَى الْقَاعِدِينَ دَرَجَةً وَكُلّاً وَعَدَ اللَّهُ الْحُسْنَى وَفَضَّلَ اللَّهُ الْمُجَاهِدِينَ عَلَى الْقَاعِدِينَ أَجْراً عَظِيماً**﴾ [النساء:95]، وقال: ﴿**لَيْسَ عَلَى الْأَعْمَى حَرَجٌ وَلا عَلَى الْأَعْرَجِ حَرَجٌ وَلا عَلَى الْمَرِيضِ حَرَجٌ وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ وَمَنْ يَتَوَلَّ يُعَذِّبْهُ عَذَاباً أَلِيماً**﴾ [الفتح:17]

فإذن لهم بالقعود عن الجهاد للفروق الفردية بينهم وبين الأصحاء، فالقرآن الكريم راعى في التكاليف الفروق الفردية بين الناس والتي منها:الفروق في القوة والضعف، والغنى والفقر، والكبير والصغير، والصحيح والسقيم ... وغير ذلك.

المبحث الرابع: التوجيه القرآني لتحقيق الصحة النفسية

وفيه أربع مطالب

المطلب الأول : التوجيه بتحقيق الإيمان

المطلب الثاني : التوجيه بالتزام العبادات

المطلب الثالث : التوجيه بالامتثال بالأخلاق

المطلب الرابع : التوجيه بالتوافق النفسي الاجتماعي

المبحث الرابع

التوجيه القرآني لتحقيق الصحة النفسية

يقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدىً وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ**﴾[يونس:57]

لقد اهتم القرآن الكريم بتوجيه الإنسان إلى أساليب متعددة من العلاج النفسي في القرآن الكريم، لتحقيق الصحة النفسية، من خلال الإيمان والعبادات والأخلاق والمعاملات مع الآخرين، فالقرآن شفاء لما في الصدور يقول تعالى: ﴿**وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَاراً**﴾ [الإسراء:82]، ويقول: ﴿**قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدىً وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمىً**﴾[فصلت: 44]

" إن الإيمان بالله تعالى وتوحيده وعبادته، ليس عاملاً أساسياً وهاماً في الصحة النفسية فحسب، وإنما هو أيضاً عامل أساسي وهام في علاج المرض النفسي، فالإيمان بالله تعالى، وتوحيده، والتقرب إلية بالعبادات والطاعات، والتمسك بالتقوى، وفعل ما يرضي الله تعالى ورسوله ، والابتعاد عن كل ما نهى عنه الله تعالى ورسوله، إنما يقوي الناحية الروحية في الإنسان، ويطلق فيه طاقات روحية هائلة تؤثر في جميع وظائف الإنسان البدنية والنفسية، ويمد الإنسان بقوة خارقة تؤثر في بدنه ونفسه تأثيراً كبيراً يُمكنه من التغلب على أمراضه البدنية والنفسية[1]

ومما لا شك فيه أن الإيمان هو الركن الأساسي في علاج النفس البشرية، ثم ينبني على الإيمان الأفعال والتي منها العبادات والأخلاق والمعاملات.

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس ، د. محمد نجاتي / ص307

المطلب الأول

التوجيه القرآني بتحقيق الإيمان

أولاً: الإيمان بالله تعالى:

1 - أهمية الإيمان بالله:

" إن الإيمان بالله تعالى وتوحيده وعبادته يؤدي إلى الاستقامة في السلوك، وفيه وقاية وعلاج من الانحراف والشذوذ والمرض النفسي، فالمؤمن المتمسك بدينه يراعي ربه في كل أقواله وأفعاله، ويكون الإيمان عاصماً له من الانحراف والشذوذ، وواقياً من المرض النفسي "[1]

وقد دعا القرآن الكريم الناس جميعاً إلى الإيمان بالله والعمل بمقتضى هذا الإيمان، ليسعدوا في حياتهم وآخرتهم فقال تعالى : ﴿**مَنْ عَمِلَ صَالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ**﴾[النحل:97]

ووعد المؤمن بهدايتة وطمأنينته فقال تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ**﴾[التغابن: 11]

ووعده بالجنة فقال تعالى: ﴿ **وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ وَيَعْمَلْ صَالِحاً يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَداً قَدْ أَحْسَنَ اللَّهُ لَهُ رِزْقاً**﴾[الطلاق: 11]

والمؤمن قلبه خالي من الأمراض النفسية والقلبية جميعها، فلا يوجد فيه غل ولا حسد ولا ضغينة ولا بغضاء ولا رياء ولا كبر كما قال تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾[الحشر:10]

والإيمان بالله والاستقامة يبعث في الإنسان الشعور بالأمن النفسي والرضا في القلب، والانشراح في الصدر.

" وإن عدم الإيمان بالله تعالى، وعدم التمسك بالتقوى وأداء العبادات، والانكباب على ملذات الدنيا، والانقياد وراء أهواء النفس وشهواته، إنما يؤدي إلى ضنك المعيشة، وإلى الشعور بالتعاسة لقوله تعالى:﴿**وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى**﴾ [طـه:124]"[2]

والإيمان ليس مجرد كلمة تُقال أو شعار يُرفع بدون تصديق وعمل يقول تعالى: ﴿ **قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْأِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ**

[1] - المرجع السابق / ص310

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص312

تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئاً إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ﴾ [الحجرات:14 15]

يقول سيد قطب : " فالإيمان تصديق القلب بالله وبرسوله التصديق الذي لا يرد عليه شك ولا ارتياب التصديق المطمئن الثابت المستيقن الذي لا يتزعزع ولا يضطرب، ولا تهجس فيه الهواجس، ولا يتلجلج فيه القلب والشعور والذي ينبثق منه الجهاد بالمال والنفس في سبيل الله فالقلب متى تذوق حلاوة هذا الإيمان واطمأن إليه وثبت عليه، لا بد مندفع لتحقيق حقيقته في خارج القلب في واقع الحياة في دنيا الناس يريد أن يوحد بين ما يستشعره في باطنه من حقيقة الإيمان، وما يحيط به في ظاهره من مجريات الأمور وواقع الحياة ولا يطيق الصبر على المفارقة بين الصورة الإيمانية التي في حسه، والصورة الواقعية من حوله لأن هذه المفارقة تؤذيه وتصدمه في كل لحظة ومن هنا هذا الانطلاق إلى الجهاد في سبيل الله بالمال والنفس فهو انطلاق ذاتي من نفس المؤمن يريد به أن يحقق الصورة الوضيئة التي في قلبه، ليراها ممثلة في واقع الحياة والناس ."[1]

ب - الإيمان بالله يحقق الراحة النفسية:

يقول د. القرضاوي عن أثر الإيمان في حياة الإنسان: " إن الإنسان يريد أن يعيش حياته ناعماً بسكينة النفس، وطمأنينة القلب، يريد أن يتمتع بالأمن الداخلي يغمر جوانحه، وبالرضا الذاتي يملأ علية أقطار روحه، وبالأمل المشرق يضيء له آفاق حياته، وبالحب الكبير يغمر بالنور والضياء كل حناياه، وكل جوانب دنياه، هذه هي أهم ما ينشده الإنسان السوي لنفسه ولكل من يحب من أهله ومن الناس"[2].

وما قاله د. القرضاوي لا يتحقق بدون الإيمان الصادق، إذ أن الإيمان يُدخل الأمن والطمأنينة إلى القلب، لأن المؤمن يعلم أن هذا الكون يسير وفق قدر الله وقدرته، وأن الله يفعل ما يشاء وفق إرادته لقولة تعالى: ﴿**إِنَّ رَبَّكَ فَعَّالٌ لِمَا يُرِيدُ**﴾[هود: 107]، فلا يصيب الإنسان في هذا الكون إلا ما كتبه الله علية وسبق في علمه لقولة تعالى: ﴿**مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ**﴾ [الحديد:22]

[1] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6 / ص3349

[2] - الإيمان والحياة / د. يوسف القرضاوي / ص 55،56

قال الطبري:" ما أصابكم أيها الناس من مصيبة في الأرض بجـدوبها وقحوطهـا، وذهـاب زرعها وفسادها ﴿ **وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ** ﴾ بالأوصاب والأوجاع والأسقام،﴿ **إِلا فِـي كِتَـابٍ** ﴾ يعني: إلا في أمّ الكتاب،﴿ **مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا** ﴾ يقول: من قبل أن نبرأ الأنفس، يعني: مـن قبل أن نخلقها"[1].

والإيمان يقتضي التسليم الكامل لله في كل الأمور، مما يجعل الإنسان لا يحزن على مات فاته أو فقده أو أصابه في هذه الحياة الدنيا، ويرضى بقضاء الله وقدره، وهذا كلـه يكسب القلب السكينة والطمأنينة قال تعالى: ﴿**وَلَمَّا رَأى الْمُؤْمِنُونَ الْأَحْزَابَ قَالُوا هَذَا مَا وَعَـدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَصَدَقَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَمَا زَادَهُمْ إِلَّا إِيمَاناً وَتَسْلِيماً**﴾[الأحزاب:22].

وبالإيمان يطمئن صاحبه بالقوة التي يأوي إليها ويستند عليها في كـل الملمـات والخطـوب والنوازل ، فيتجه إلية فيكشف ما به من ضر يقول تعالى:﴿**أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَـاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلاً مَا تَذَكَّرُونَ**﴾[النمل:62] أي: " مَنْ هو الذي لا يلجأ المضطر إلا إليه، والذي لا يكشف ضر المضرورين سواه"[2].

وبالإيمان يستشعر المؤمن عظمة الله وأنه هو المعز وهو المالك والمانح الخير قال تعالى**:**
﴿**قُلِ اللَّهُمَّ مَالِكَ الْمُلْكِ تُؤْتِي الْمُلْكَ مَنْ تَشَاءُ وَتَنْزِعُ الْمُلْكَ مِمَّنْ تَشَاءُ وَتُعِزُّ مَنْ تَـشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**﴾[آل عمران:26]

وبالإيمان يستشعر رحمة الله ومغفرته إن تورط في ذنب أو خطيئة ، فيتجـه إليـه بالتوبـة النصوح لإيمانه بأن رحمة الله وسعت كل شيء قال تعالى: ﴿ **وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ فَسَأَكْتُبُهَا لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ** ﴾ [الأعراف: 156] أي: " شأنها أنها واسعة تبلغ كل شيء ما مـن مسلم ولا كافر ولا مطيع ولا عاص إلا وهو متقلب في الدنيا بنعمتي"[3]، وقال ابن كثير: "آية عظيمة الشمول والعموم، كقوله إخبارًا عن حَمَلة العرش ومن حولـه أنهـم يقولـون "[4] أي يقولون﴿ **الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُـسَبِّحُونَ بِحَمْـدِ رَبِّهِـمْ وَيُؤْمِنُـونَ بِـهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَحْمَةً وَعِلْمـاً فَـاغْفِرْ لِلَّـذِينَ تَـابُوا وَاتَّبَعُوا سَبِيلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ**﴾[غافر:7]

---

[1] - جامع البيان/ الطبري / ج 7899/9

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص4478

[3] - تفسير الألوسي / الألوسي / ج 3/ ص 76

[4] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 2/ ص334

ثانياً:الإيمان بالقدر:

إن الذي يؤمن بالقدر خيرة وشره ، يعلم أن ما يصيب الإنسان في هذه الحياة الدنيا من مصائب إنما هي وفق قدر معلوم وقضاء مرسوم منذ الأزل لقوله تعالى: ﴿**مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِير**﴾[الحديد:22]، وهذا يهون على المؤمن البلاء، لأنه يؤمن بأن الله يلطف بعبادة في قدرة وقضائه لقوله تعالى :﴿ **إِنَّ رَبِّي لَطِيفٌ لِمَا يَشَاءُ إِنَّهُ هُوَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ**﴾[يوسف: 100] فهو يبتليهم ليس بغضاً لهم، بل اختباراً لهم وتمحيصاً، ليغفر لهم ذنوبهم أو ليرفع درجاتهم في الجنة .

لذا فالمؤمن يتلقى قدر الله وقضائه بالرضا والتسليم لله، والتوكل علية مردداً لقوله تعالى: ﴿ **قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ**﴾[التوبة:51] ، وبذلك تهدأ نفسه وتستسلم جوارحه وأعصابه لله فيستشعر بالراحة وينتظر الفرج ، وكشف الشدة من لدن لطيف رحيم.

يقول د. القرضاوي:" الإيمان هو روح الحياة وحياة الروح، وجمال الدنيا ودنيا الجمال، ونور الطريق وطريق النور.

الإيمان هو واحة المسافر، ونجم الملاح، ودليل الحيران، وعدة المحارب، ورفيق الغريب، وأنيس المستوحش، ولجام القوى،وقوة الضعيف.

الإيمان في كلمة واحدة ضرورة للحياة الإنسانية، ضرورة للفرد ليطمئن ويسعد ويرقى، وضرورة للمجتمع ليستقر ويتماسك ويبقى.

والإيمان الذي عنيته هو إيمان الإسلام، في شموله وتوازنه وعمقه وإيجابيته، إيمان القرآن والسنة، إيمان الصحابة والتابعين لهم بإحسان"[1]

[1] - الإيمان والحياة / د. القرضاوي / ص358

المطلب الثاني

التوجيه القرآني بالتزام العبادات

يقول تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**﴾[الحج:77].

إن العبادات من أحب الأعمال إلى الله بعد الإيمان، وإن أسعد الناس وأحبهم إلى ربه، أكثرهم قربى وزلفى إليه بالعبادات فقد جاء في الحديث: **(من عادى لي ولياً فقد آذنته بالحرب ،وما تقرب إلى عبدي بشيء أحب إلى مما افترضته عليه، وما يزال عبدي يتقرب إلي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به، وبصره الذي يبصر به، ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها ولئن سألني لأعطينه ، ولئن استعاذ بي لأعيذنه)**[1] .

" إن القيام بالعبادات وطاعة الله وامتثال أوامره، والتوجه الدائم إليه في عبودية تامة، ومجاهدة النفس والتحكم في أهوائها وشهواتها، ينمي في النفس روح التعاون والتكافل الاجتماعي، وكل هذه الخصال حميدة تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة، ولا شك أن قيام المؤمن بالعبادات بإخلاص وبانتظام إنما يؤدي إلى اكتسابه هذه الخصال الحميدة التي توفر له مقومات الصحة النفسية، كما يمده بوقاية من الأمراض النفسية"[2]

" ما من أمة اتقت الله وعبدته وأقامت شريعته فحققت العدل والأمن للناس جميعاً إلا فاضت فيها الخيرات، ومكن الله لها في الأرض واستخلفها فيها بالعمران وبالصلاح سواء"[3]

ويقول الباحث: لقد وجه القرآن الناس إلى عبادة ربهم، وما من رسول إلا وحث قومه على العبادة، والعبادة هي إحدى أساليب القرآن العلاجية للنفس البشرية فهي تطهر النفوس وتزكيها، وتصقل القلوب وتنقيها مما عَلَق بها من ذنوب وخطايا، لترفع عنها الران الذي يحجب عنها النور والخير، وتبث في النفس الشعور بالأمن والراحة والسكينة، وتبعث في الجسد النشاط والحيوية والحركة التي تقويه، فتغمره السعادة والصحة النفسية .

وسيتناول الباحث العلاج القرآني ببعض العبادات ومنها:

أولاً : العلاج النفسي بالصلاة:

---

[1] - صحيح البخاري/ البخاري/ ح6502/ ج 4/ ص223/ ك الرقائق/ ب التواضع

[2] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 284،285

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3713

" للصلاة تأثير كبير فعال في علاج الإنسان من الهم والقلق، فوقوف الإنسان في الصلاة أمام ربه في خشوع واستسلام، وفي تجرد كامل عن مشاغل الحياة ومشكلاتها، إنما يبعث في نفس الإنسان الهدوء والسكينة والطمأنينة، ويقضي على القلق، وتوتر الأعصاب الذي أحدثته ضغوطات الحياة"[1]

يرى الباحث أن امتثال المصلي بين يدي ربه في إخلاص وخشوع وتضرع، وإقباله على الله، وانخلاعه من كل مشاغل الحياة الدنيا وهمومها، تمده بطاقة روحية ونفسية تملأ جوانحه شعوراً بالإنس بالله، ويستشعر نزول السكينة عليه، مما يجعله في حالة استرخاء وهدوء وارتياح، وهذا له أثره العلاجي على نفس الإنسان، مما يخفف عنه من الهموم والمشكلات والمعوقات التي تحيط به، وبالتالي تخفف من القلق والتوتر والعصبية الناتجة عن هذه الضغوطات والمضايقات النفسية .

ولأهمية الصلاة أمر الله تعالى بالمحافظة عليها في أوقاتها فيقول تعالى: ﴿**حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَى وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ**﴾[البقرة:238]

وأمر المسلمين بالتوجه إلى الله بالاستعانة بالصبر والصلاة على ما أصابهم من البلاء والنوازل فقال تعالى: ﴿ **وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ**﴾[البقرة:45]، وقال: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ**﴾[البقرة:153]

وأمرهم بغسل ذنوبهم وتقصيرهم بالصلاة في ساعات الليل والنهار فقال : ﴿**وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفَيِ النَّهَارِ وَزُلَفاً مِنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَى لِلذَّاكِرِينَ**﴾ [هود:114]

ولأهمية الصلاة دعا إبراهيم ربه قائلاً: ﴿**رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ**﴾ [إبراهيم:40]

وحث من أكرمهم في الأرض بالنصر والتمكين بديمومة إقامة الصلاة، وحث الناس على إقامتها فقال تعالى: ﴿ **الَّذِينَ إِنْ مَكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ وَأَمَرُوا بِالْمَعْرُوفِ وَنَهَوْا عَنِ الْمُنْكَرِ وَلِلَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ**﴾[الحج:41]

ووضح أن الصلاة تحفظ الإنسان من الوقوع في الفاحشة والمنكر فقال تعالى:﴿**اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ**

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي/ ص315

وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ﴾ [العنكبوت:45] " والفحشاء ما قبح من العمل والمنكر ما لا يعرف في الشريعة: أي تمنعه من المعاصي وتبعده منها ومعنى نهيها عن ذلك أن فعلها يكون سببا للانتهاء والمراد هنا الصلوات المفروضة"[1]

ويرى الباحث أن من أهم الصلوات تأثيراً على الحالة النفسية هي صلاة الفجر، فمن صلاها كان في ذمة الله وكنفه ورعايته وحفظه، ومن ثَم لا يصيبه مكروه.

وقيام الليل الذي هو شرف الإيمان، ونور الوجه، وسلامة القلب، ومحل الإخلاص والصفاء، لذا أمر الله نبيه قائلاً: ﴿**وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَى أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَاماً مَحْمُوداً**﴾[الإسراء:79].

وصلاة الفجر وقيام الليل هي من أنفع العلاجات النفسية، فهي ساعات استجابة الدعاء، وهي تبعث على النشاط والحيوية، وتنقي القلب من مرض الرياء، والجسد من الخمول والكسل ، وهي ساعات مشهودة ﴿**أَقِمِ الصَّلاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُوداً**﴾ [الإسراء:78]

ويقول الباحث: وكان النبيﷺ إذا أهمه أمر فزع إلى الصلاة، وسن للناس عندما يصيبهم الضر أن يتجهوا إلى ربهم بالصلاة، فيكشف عنهم ما بهم من مصاب، كما في صلاة الاستسقاء عند انقطاع الغيث من السماء، وصلاة الكسوف والخسوف عند كسوف الشمس أو خسوف القمر، أو صلاة الحاجة أو الاستخارة لما يعترض الإنسان في حياته من أمور، فيتجه إلى الله بالصلاة، فيستجيب الله فينكشف الهم والغم، ويزول القلق والاضطراب، وتحل مكانه الطمأنينة والسكينة وراحة البال.

يقول د. نجاتي: " وتساعد حالة الاسترخاء والهدوء النفسي التي تُحدثها الصلاة على التخلص أيضاً من القلق الذي يشكو منه المرضى النفسيون، فإن حالة الاسترخاء والهدوء النفسي التي تحدثها الصلاة تستمر عادة فترة بعد الانتهاء من الصلاة، وقد يواجه الإنسان وهو في هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسي بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق، أو قد يتذكرها، وتكرار هذه المواقف المثيرة للقلق في حالة الاسترخاء عقب الصلاة تؤدي إلى انطفاء التدريجي للقلق...أن هذا الأثر الهام للصلاة في علاج القلق يماثل الأثر الذي يحدثه أسلوب العلاج النفسي الذي يتبعه المعالجين النفسيين السلوكيين في علاج القلق"[2]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 4/ ص204

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس م د. محمد نجاتي / ص286

ويرى الباحث أن ما يقوم به المصلي عقب الصلاة من عبادات: كقراءة الآيات القرآنية والتسبيح والاستغفار والدعاء والأذكار الخاصة بالصلاة، له عظيم الأثر في الراحة النفسية، وطمأنينة القلب.

ثانياً : العلاج النفسي بالصوم:

إن الصوم يمد الصائم بالإخلاص لله واستشعار رقابته، وهذا فيه علاج قلبي للرياء والشرك، والصوم يُعلم الإنسان الصبر على الجوع والعطش، ومجاهدة رغبات النفس والهوى، وهذا فيه تقوية للإرادة، وكبح جماح النفس والسيطرة عليها ولجم شهواتها، كما أنه ينقي الجسد من الفضلات ويتخلص منها، ويريح المعدة لساعات، وهذا ما يسميه الأطباء بالحمية، كما يشعر الصائم بالرحمة على الجياع، مما يجعله يسارع بمد يد العون لهم، وفي هذا علاج لقسوة القلب وتزكية للنفس

والصيام هو من أقصر الطرق الموصلة للتقوى قال تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ**﴾[البقرة:183]

أي: " لعلكم تتقون المعاصي فإنه يكسر الشهوة التي هي مبدؤها"[1]

إذ أنه في أيام الصيام يتدرب الصائم على تحمل الآخرين وضبط الانفعالات والسيطرة عليها ، مما يجعله يسيطر عليها في غير أيام الصيام قال النبي ﷺ : **(الصيام جُنه ، فلا يرفث ولا يجهل وان امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إني صائم مرتين)**[2]

كما أنه يضبط الدوافع ويسيطر عليها يقول النبيﷺ : **(يترك طعامه وشرابه وشهوته من أجلي، الصيام لي، وأنا أجزي به)**[3]

والصيام يكفر الذنوب التي تشغل بال المؤمن وتترك في نفسه قلقاً وتوتراً يقول النبي ﷺ:(**من صام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له متا تقدم من ذنبه)**[4]

ومن هنا نفهم إنما دعا النبيﷺ أمته إلى التنفل بالصيام لما فيه من خير ومنافع عظيمه، فدعا إلى صيام الستة من شوال، والتسع الأول من ذي الحجة، ويوم عاشوراء، والأيام البيض، ويوم الاثنين والخميس، وأيام الأشهر الحرم، لما فيه من سلامة الصدر وتهذيب

---

[1] - تفسير الجلالين / جلال الدين السيوطي وجلال الدين المحلي/ ص31

[2] - صحيح البخاري / البخاري / ح1894/ ج 2 / ص 35 / ك الصوم / ب فضل الصوم

[3] - المرجع السابق /ح1894/ ج 2/ ص 35 / ك الصوم / ب فضل الصوم

[4] - المرجع السابق / ح 38/ ج 1/ ص 18 / ك الإيمان / ب صوم رمضان إيماناً

الأخلاق، والارتقاء بالنفس وتزكيتها بهذه العبادة المتميزة في صقل النفس وصفائها، وسلامة الجسد وتنقيته من الفضلات والشحوم الزائدة في الجسم.

ثالثاً: العلاج النفسي بالزكاة:

قال تعالى: ﴿**خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا** ﴾ [التوبة: 103]

أي: " خذ من أموال المؤمنين صدقة معينة كالزكاة المفروضة، أو غير معينة، وهي التطوع، تطهرهم بها من دنس البخل والطمع والدناءة والقسوة على الفقراء والبائسين، وما يتصل بذلك من الرذائل، وتزكي أنفسهم بها أي: تنميها وترفعها بالخيرات والبركات الخلقية والعملية، حتى تكون بها أهلاً للسعادة الدنيوية والأخروية"[1]

يقول الباحث: فالزكاة تعالج مرض الشح والبخل والأثرة وحب الذات، وتنمي مشاعر الحب والعطف والحنان على المنكوبين والمحتاجين من الفقراء والمساكين، وتربي في النفس الرحمة والشفقة على الغير، وهذا علاج للقلب القاسي، وهي تغرس في النفس معنى العطاء البذل، وحب الخير للغير، وهذا فيه سلامة للقلب والنفس من الحقد والضغينة والكراهية، التي تورث القلب القلق والاضطراب النفسي، ويحل محلها الحب والنقاء والصفاء الروحي.

ومن هنا فإن" في إخراج الزكاة والإنفاق في سبيل الله تطويع للنفس وترويض لها على مغالبه حب المال والتعلق به، وحث على العطف على الفقراء والمحتاجين، وكذلك تربي في نفس المزكي الثقة بالله والثقة بما عند الله أكثر من الثقة بما في يده"[2]

رابعاً: العلاج النفسي بالحج:

يقول تعالى: ﴿**الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلا رَفَثَ وَلا فُسُوقَ وَلا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى وَاتَّقُونِ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ**﴾ [البقرة:197]

يقول الباحث: الحج هو تلك الرحلة التي يخرج إليها الحاج قاصداً بيت الله الحرام لأداء مناسك الحج، ولكي تكون العبادة مقبولة لا بد أن يكون القلب صادقاً ومخلصاً في توجهه إلى ربه، وأن يتحرى الحلال ويرد المظالم إلى أهلها، ويؤدي الأمانات إلى أصحابها، وأن يتسامح مع الناس، ويصل رحمه المقطوعة، لكي يتقبل الله منه فريضة الحج، وهذه الإعمال تضفي على النفس ارتياحًا ورضًا، فهو يقوم بتنقية نفسه من الذنوب وتنقية العلاقات مع الناس برد الحقوق والأقرباء بالصلة .

---

[1] - فقه السنة / السيد سابق / ج1/ ص 236،235 / دار الفتح للإعلام العربي/ ط1 /2000م

[2] - زاد على الطريق / مصطفى مشهور / ص 89،88/ دار التوزيع والنشر الإسلامية

يقول د. نجاتي: " الحج يعلم الناس الصبر على تحمل المشآق، ويدربه على جهـاد الـنفس والتحكم في شهواتها وأهوائها، لأن الحاج لا يباشر النساء، ولا يسب ولا يـؤذي أحـداً، ولا يفعل ما يغضب الله، والحَج يعالج الكبر، والزهو، والعجب بالنفس، والتعالي علـى النـاس، فجميع الناس في الحج سواسية،

لا تميز بين غني وفقير، فيسود بينهم الشعور بالمواساة، يقفون جميعاً فـي صـعيد واحـد خاشعين، متضرعين، معترفين بضعفهم وعبوديتهم لله وحده، راجين عفوه ومغفرته، وفـي هذا الموقف الممتلئ بالروحانية والمشاعر الوجدانية الفياضة، تزداد صله الإنـسان بربـه، ويزداد تقربه إليه ، فيشعر بصفاء قلبي، وبفيضان من الحالات الوجدانية، والنفحات الروحية التي تملأه غبطة وسعادة، وفي الحج يتخلص الإنسان مما فيه من كراهية أو حقـد أو حـسد نحو الناس، وتقوى لديه رابطة المودة والمحبة والأخوة"[1].

ويرى الباحث أن رحلة الحج تكسب النفس الهدوء والسعادة والحب، فهي تحرك فـي نفس الحاج ذكريات تربطه بأصل دينه وعقيدته، فتربطه بإبراهيم عليه السلام وآل بيتـه الكـرام ، وهو يرفع القواعد وولده إسماعيل عليه السلام، وسعي السيدة هاجر بين الصفا والمروة، وحفر بئـر زمزم، ورمي إبليس بالجمرات، كل هذه المعاني توقظ في نفس الحاج معاني الخير والعطاء والحب لهذا الدين وأهله، كما تحيي في نفس الحاج ذكريات النبوة، حيـث مـشي وجلـوس وتحركات النبي ﷺ في مكة والمدينة، وكذا الصحابة الكرام، فتجيش في نفسه هذه الأحاسـيس والمشاعر الروحية الفياضة التي تشعر الحاج بالسعادة والسرور.

يقول مصطفى مشهور : "الحج زاد مكثف وفير يكرم الله بـه زوار بيتـه الحـرام، فالفيوضات الربانية أثناء فترة الحج، وفي الأماكن المقدسة، وعند أداء هذه الشعائر فيوضات غامرة من النور والهداية والتقوى والرحمة والسكينة .

إن الحاج من وقت خروجه من منزله لأداء فريضة الحج يعيش فترة خالصة لله خاليـة مـن مشاغل الدنيا، يعيشها بوجدانه ومشاعره وكيانه كله بقلبه وعقله وجسده وماله ومـا يملـك، وهكذا يطوع كل النعم لله بعيداً عن معصية الله، وفي هذا التطويع زاد كبير وتربية وتهذيب يمتد أثرها في حياته بعد ذلك"[2]

يقول الباحث وهذا فيه علاج ناجع للنفس في استقرارها وهدوئها مما يحقق لها الـصحة النفسية

---

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص323

[2] - زاد على الطريق / مصطفى مشهور /ص95،96

خامساً: العلاج النفسي بالقرآن:

قال تعالى: ﴿**وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَاراً**﴾ [الإسراء:82]

قال الشوكاني: " واختلف أهل العلم في معنى كونه شفاء على القولين: الأول: أنه شفاء للقلوب بزوال الجهل عنها وذهاب الريب وكشف الغطاء عن الأمور الدالة على الله سبحانه القول الثاني: أنه شفاء من الأمراض الظاهرة بالرقى والتعوذ ونحو ذلك ولا مانع من حمل الشفاء على المعنيين من باب عموم المجاز أو من باب حمل المشترك على معنييه ثم ذكر سبحانه أنه رحمة للمؤمنين لما فيه من العلوم النافعة المشتملة على ما فيه صلاح الدين والدنيا ولما في تلاوته وتدبره من الأجر العظيم الذي يكون سببا لرحمة الله سبحانه ومغفرته ورضوانه"[1].

وتقول عائشة رضي الله عنها :(**إن رسول الله ﷺ كان إذا اشتكى ، يقرأ على نفسه بالمعوذات** - والمعوذات هي: سور الإخلاص والفلق والناس -)[2]

ويرى الباحث أن تلاوة القرآن وحفظه تستجلب السكينة والرحمة من الله، فيطمئن القلب وينشرح الصدر، وتسكن الجوارح، والبيئة الصالحة لمثل هذه المشاعر والأحاسيس بيئة المساجد ولقد أرشد النبي ﷺ لهذا فقال :(**ما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله يتلون كتاب الله ويتدارسونه بينهم إلا نزلت عليهم السكينة، وغشيتهم الرحمة، وحفتهم الملائكة، وذكرهم الله فيمن عنده**) [3]

يقول الباحث: وفي القرآن من الترغيب ما يبشر الإنسان ويدخل السرور عليه، وفيه من القصص ما يروح عن نفس الإنسان، وفيه من الآمال والمبشرات ما يخفف عن الإنسان وطأة الهموم والكروب والفتن المتلاحقة، وفيه من الشفاء بالرقية، وفيه الشفاء بالعسل يقول تعالى:﴿**ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ**﴾ [النحل:69]

أي: "يخرج من بطون النحل شراب، وهو العسل، مختلف ألوانه، لأن فيها أبيض وأحمر وأسحر، وغير ذلك من الألوان أسحر أي: ألوان مختلفة مثل أبيض يضرب إلى الحمرة

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3 / ص253

[2] - الموطأ / الإمام مالك / ح 1706/ ج1 / ص552/ ك العين/ ب التعوذ والرقية / صحيح.

[3] - صحيح مسلم / الإمام مسلم / ح6747،6748 / ص1326/ ك الذكر / ب فضل الاجتماع على تلاوة الذكر

وقوله﴿ **فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاس**﴾ اختلف أهل التأويل فيما عادت عليه الهاء التي في قوله﴿ **فِيــهِ**﴾ فقال بعضهم: عادت على القرآن، وهو المراد بها"[1].

سادساً:العلاج النفسي بالدعاء:

قال تعالى: ﴿**وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيــبٌ أُجِيــبُ دَعْــوَةَ الــدَّاعِ إِذَا دَعَــانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ**﴾[البقرة:186] أي: " أنا معهم أسمع دعاءهم، وأرى تضرعهم وأعلم حالهم، وأجيب دعوة من دعاني إذا كان عن إيمان وخشوع قلب"[2]

وقال تعالى محرضاً على الدعاء والتوجه إليه بالتضرع، ليستجيب لهم ويقضي لهم حوائجهم ومسائلهم فقال :﴿**وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ** ﴾[غافر: 60].

وتحدث القرآن عن قصة يونس عندما ترك قومه لما لم يستجيبوا له فتوجه إلى الله بالــدعاء فقال تعالى: ﴿**وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِباً فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ، فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَــذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ**﴾ [الأنبياء:87 88]

قال سيد قطب : "إن يونس عليه السلام لم يصبر على تكاليف الرسالة، فضاق صدراً بالقوم، وألقى عبء الدعوة وذهب مغاضباً ضيق الصدر، حرج النفس؛ فأوقعه الله في الــضيق الــذي تهون إلى جانبه مضايقات المكذبين لولا أن ثاب إلى ربه! واعترف بظلمه لنفسه ودعوتــه وواجبه لما فرج الله عنه هذا الضيق ولكنها القدرة حفظته ونجته من الغم الذي يعانيه"[3]

وقال الشوكاني: " فاستجبنا له دعاءه الذي دعانا به في ضمن اعترافه بالذنب على ألطــف وجه ونحيناه من الغم بإخراجنا له من بطن الحوت حتى قذفه إلى الساحل وكذلك ننجــي المؤمنين أي نخلصهم من همهم بما سبق من عملهم وما أعددناه لهم من الرحمة"[4].

أي: من سلك طريق يونس من المؤمنين بــالاعتراف بالــذنب والتــسبيح والاســتغفار استجاب الله له وكشف ما به من كرب وهم وغم .

وقال ابن عباس رضي الله عنه : **(كان النبيﷺ يدعو عند الكرب : لا إله إلا الله العظيم الحليم، لا إلــه إلا الله رب العرش العظيم ، لا إله إلا الله رب السماوات ورب الأرض ورب العرش الكريم)** [1] قال ابن حجر قوله: "عند الكرب أي عند حلول الكرب" [2]

---

[1] - جامع البيان/ الطبري / ج 6/ ص5015

[2] - صفوة التفاسير / الصابوني / ج1/ ص122

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 4/ ص2393

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص 421

(وكان النبيﷺ يتعوذ من جهد البلاء ودرك الشقاء، وسوء القضاء، وشماتة الأعداء)[3]
" المراد بجهد البلاء، قله المال، وكثرة العيال ودرك الشقاء يكون في أمور الدنيا وفي أمور الآخرة، وكذلك سوء القضاء عام في النفس والمال والأهل والولد والمعاد، والمراد بالقضاء هنا المقضي لأن حكم الله كله حسن لا سوء فيه"[4]

يقول الباحث: وهذا يدلل على أن العلاج من كل هذه الهموم اللجوء إلى الله بالتضرع والدعاء وطلب العون، والتعوذ والتحصن بجناب الله فيه من الأمن والحماية والحفظ من الشرور وتوابعها من الهم والغم والضيق والقلق، ولا مجيب للاجئ سوى الله في كل هذه المحن فهو القائل: ﴿**أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلاً مَا تَذَكَّرُونَ**﴾ [النمل:62]

سابعاً: العلاج النفسي بالذكر:

إن الإكثار من ذكر الله والمداومة عليه يملأ القلب طمأنينة، ويبعث في النفس الحياة، والشعور بالرضا والطمأنينة، والأمن النفسي، والشعور بعناية الله ورعايته وقربة من الذاكر لقوله:﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾[الرعد:28]

لذلك أمر القرآن المؤمنين بالإكثار من الذكر والاستغفار والتسبيح في كل المواطن وفي كل الأحوال عند الأكل والشرب، وعند النوم واليقظة، وعند لبس الثياب وعند نزعها، وعند دخول الخلاء وعند الخروج منه، وعند الخروج من البيت وعند الدخول فيه ، والمحافظة على أذكار الصباح والمساء، فيحيى الإنسان على الاستمرارية في التواصل مع ذكر الله ، مما يشعره بالأمن والأمان والسلامة من الوقوع في أفات اللسان المهلكة، وقد حث القرآن على الاكثار من الذكر ومنها قوله تعالى: ﴿**فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلا تَكْفُرُونِ**﴾[البقرة:152**]**.

وقوله: ﴿**لَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ تَبْتَغُوا فَضْلاً مِنْ رَبِّكُمْ فَإِذَا أَفَضْتُمْ مِنْ عَرَفَاتٍ فَاذْكُرُوا اللَّهَ عِنْدَ الْمَشْعَرِ الْحَرَامِ وَاذْكُرُوهُ كَمَا هَدَاكُمْ وَإِنْ كُنْتُمْ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الضَّالِّينَ**﴾[البقرة:198].

وقوله**:** ﴿ **فَاذْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْراً** ﴾ **[**البقرة: 200].

---

[1] - الأدب المفرد / البخاري / ح700/ ص172/ ب الدعاء عند الكرب

[2] - فتح الباري / ابن حجر / ج11/ ص171

[3] - صحيح البخاري / البخاري / ح6347/ ج 4/ ص186 / ك الدعوات / ب التعوذ من جهد البلاء

[4] - فتح الباري / ابن حجر / ج11/ ص 174،175

وقوله: ﴿**فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِكُمْ** ﴾ [النساء: 103**]. وقوله: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً**﴾[الأحزاب:41**].**

فالذكر يكسو الوجه نوراً، والقلب والصدر انشراحاً، والنفس ارتياحاً، ويهذب اللسان ويقوي الجنان، ويرضى ربنا الرحمن، ويكون لصاحبه القبول في الأرض، ومحبه الناس ورضاهم عنه.

ثامناً: العلاج النفسي بالاستغفار:

والاستغفار هو طلب المغفرة من الله على الذنوب والمعاصي صغيرها وكبيرها التي ارتكبها وأخطأ بالوقوع فيها، والتقصير والتكاسل عن القيام بالواجبات التي كلفه الله بها، وتكون من أجل التزلف والتقرب إلى الله فقد كان النبيﷺ يكثر من الاستغفار ومعلوم من الدين بالضرورة أن النبيﷺ لا يعصي ربه، وقد حث النبيﷺ أمته على مواجهه الضوائق والهموم بالاستغفار حيث يقول النبي ﷺ : **(من لزم الاستغفار ، جعل الله له من كل ضيق مخرجاً ومن كل هم فرجاً ، ورزقه من حيث لا يحتسب)**[1]

فالاستغفار علاج للضيق والهم والرزق، وإن الضيق والهم من الأمراض النفسية ذات مردود سيء على الصحة النفسية، وقد قال النبي ﷺ : **(إنه ليغان على قلبي وإني لاستغفر الله في كل يوم مائه مرة)**[2]

"ليغان من الغين وهو الغيم، قيل أن الرسولﷺ آخذ في الصعود على مدارج الكمال ، فكلما رقى درجة نظر إلى ما قبلها فاعتراه ضيق، لأنه كان في هذه الدرجة وهذا هو الغين"[3]

ونبه القرآن الكريم على أهمية العلاج بالاستغفار بما ينزل بالناس من مصائب وهموم، فقال تعالى: ﴿**وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعاً حَسَناً إِلَى أَجَلٍ مُسَمّىً وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ** ﴾ [هود: 3] أي: "يطول نفعكم في الدنيا بمنافع حسنة مرضية من سعة الرزق ورغد العيش إلى أجل مسمى : إلى وقت مقدر عند الله وهو الموت"[4]

ونادى هود عليه السلام في قومه فقال: ﴿**وَيَا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَاراً وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ** ﴾[هود: 52] قال النسفي: "إنما قصد استمالتهم إلى

---

[1] - سنن أبي داود / أبو داود / ح1518/ ج 2 / ص 85 / ك الصلاة / ب الاستغفار

[2] - المرجع السابق / ح1515/ ج 2 / ص 85 / ك الصلاة / ب الاستغفار، صحيح

[3] - نزهة المتقين / د مصطفى الخن، د مصطفى البغا، محي الدين مستو، علي الشربجي،محمد لطفي/ ص482/ ج2

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج 2/ ص 481

الإيمان بكثرة المطر وزيادة القوة لأنهم كانوا أصحاب زروع وبساتين فكانوا أحوج شـــيء إلى الماء وكانوا مدلين بما أوتوا من شدة البطش والقوة وقيل أراد القوة بالمـــال أو علـــى النكاح وقيل حبس عنهم القطر ثلاث سنين وعقمت أرحام نسائهم فوعدهم هود عليه السلام المطر والأولاد على الإيمان والاستغفار"[1].

وعلى لسان نوح ﷺ قال تعالى: ﴿ **فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّاراً يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَاراً وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَاراً**﴾[نوح:10 - 12]

يقول سيد قطب: " أطمعهم في خير الدنيا والآخرة أطمعهم في الغفران إذا استغفروا ربهـم فهو سبحانه غفار للذنوب، وأطمعهم في الرزق الوفير الميسور من أسبابه التـي يعرفونهـا ويرجونها وهي المطر الغزير، الذي تنبت به الزروع، وتسيل بـه الأنهـار، كمـا وعـدهم برزقهم الآخر من الذرية التي يحبونها وهي البنين والأموال التي يطلبونها ويعزونها، وقـد ربط بين الاستغفار وهذه الأرزاق وفي القرآن مواضع متكررة فيها هذا الارتباط بين صلاح القلوب واستقامتها على هدى الله، وبين تيسير الأرزاق، وعموم الرخاء"[2].

يقول الباحث: مما سبق يتبين كم هو عظيم الاستغفار في عـلاج الـذنوب وإزالـة آثارها، واستمطار الغيث لنفع الزرع والإنسان والحيوان، وجلـب الـرزق والإكثـار مـن الأموال، وتفريج الكروب، وإزالة الهموم والغموم، فمحروم من هذا العلاج القرآني من غفل عن الاستغفار أو تكاسل عنه أو قصر فيه.

تاسعاً: العلاج النفسي بالتوبة:

مما لاشك فيه أن طبيعة البشر الخطأ فكل ابن آدم خطاء، ومن يعمل كثيراً يخطـئ كثيراً، وهذا الخطأ أو التقصير الذي يقع فيه الإنسان يشعره بالذنب والملامة النفسية، وتأنيب الضمير الإيماني، مما يُحدث توتراً وقلقاً عند الإنسان المخطئ، فتحدث عنده الاضـطرابات النفسية، وتتطور فتصبح أمراضاً نفسية.

" إن الشعور بالذنب يسبب للإنسان الشعور بالنقص والقلق، مما يؤدي إلى نـشوء أعـراض الأمراض النفسية، ويهتم العلاج النفسي، في مثل هذه الحالات، بتغيير وجهه نظر المـريض عن خبراته السابقة التي سببت له الشعور بالذنب، فيراها في ضوء جديد، بحيث لا يرى فيها

[1] - تفسير النسفي / النسفي / ج 2/ ص193

[2] - في ظلال القرآن / سيد قطب/ج6 / ص3713

ما يبرر الاستمرار في شعوره بالذنب، وشعوره بالنقص، فيخف تأنيبه لنفسه، ويصبح أكثر تقبلاً لذاته، فيزول قلقه وأعراض مرضه النفسي"[1].

وأمراض الذنوب تحتاج لعلاج شافٍ، وهذا العلاج هو التوبة الصادقة الخالصة لله تعالى، فبها يكشف الله الهم ويغفر الذنب ويطهر القلب .

"ومن أهم الأدوية لعلاج الشعور بالذنب: التوبة، فقد وعد الله تعالى بالعفو والمغفرة لكل مذنب مهما كثرت ذنوبه، فالتوبة تبعث فيه الأمل في النجاة من العذاب، والفوز بمغفرة الله ورضوانه، فيتخلص من شعوره بالذنب الذي يقلقه ويسبب له كثيراً من الآلام النفسية"[2].

ويرى الباحث أن هناك تلازم بين الاستغفار والتوبة لقوله تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ**﴾[آل عمران:135] وقوله: ﴿**قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ**﴾[الزمر:53]، وقوله: ﴿**وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾[الأعراف:153].

ويرى الباحث أن التوبة المقصودة، لابد أن يتم فيها الإقلاع عن الذنب، والندم على الوقوع فيه وعدم العودة إلى الذنب، ورد الحقوق إلى أهلها أو التحلل منها، وبذلك يزول أثر الذنب وألمه، والتوبة هي العلاج الشافي للذنب، وليبس المقصود بالتوبة توبة الكذوب الذي سرعان ما يعود إلى الذنب، فرويداً رويداً يتشرب القلب الذنب فيدمن عليه، فيتأصل المرض النفسي ويصعب السيطرة عليه.

يقول د. نجاتي: " إن التوبة علاج شاف للقلق الناشئ عن الشعور بالذنب، ومن المعروف أن القلق هو الأساس الذي ينشأ عنه المرض النفسي، وأن الهدف الذي يحاول أن يصل إليه العلاج النفسي هو القضاء على هذا القلق، والتخلص من الأعراض المرضية التي يسببها.

وتستخدم المدارس المختلفة للعلاج النفسي أساليب مختلفة للتخلص من القلق، غير أن التوبة هي أحسن طريقة لعلاجه"[3]

---

[1] - القرآن وعلم النفس م د. محمد نجاتي / ص303

[2] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص343

[3] - نفس المرجع/ د. محمد نجاتي / ص346

المطلب الثالث

التوجيه القرآني بالامتثال بالأخلاق

إن الأخلاق الإسلامية شملت كل حياة الإنسان، الروحية، والجسمية، والعقلية، والعاطفية، والاجتماعية، كما أنها تتعلق بالأمور الدينية والدنيوية، ورسمت له طريقاً واضحاً في الحياة إذا سلكه دون التواء أو انحراف وصل إلى الراحة النفسية والسعادة الدنيوية والأخروية .

ومن هنا كانت دعوة القرآن والسنة للإنسان إلى التحلي بمكارم الأخلاق، والامتثال بها في كل ميادين الحياة، لتصفو نفسه، ويطمئن قلبه، ويهدأ باله، ويقنع عقله.

" إن الإسلام في علاجه للنفس ابتغاء إصلاحها ينظر إليها من ناحيتين:

أن فيها فطرة طيبة تهفو إلى الخير وتُسر بإدراكه، وتأسى للشر وتحزن من ارتكابه، وترى الحق امتداد وجودها وصحة حياتها.

وأن فيها نزاعات طائشة تشرد بها عن سواء السبيل، وتزين لها فعل ما يعود عليها بالضرر"[1]

ومن التوجيهات القرآنية العلاجية للنفس البشرية:

1 - حث القرآن الكريم على سلامة القلب من الضغينة والحقد والكراهية، فقد جعل القرآن الكريم لمن يدعو المؤمنين الصادقين من المهاجرين والأنصار والذين اتبعوهم بإحسان وقلبه سليم خالي من الغل نصيباً من الفيء فقال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلّاً لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ**﴾[الحشر:10]

ولقد شدد النبي على سلامه الصدر من الأحقاد والضغائن والأسباب المؤدية إليها لما فيها من قطع أواصر الصلة والمحبة في المجتمع وفي هذا يقول النبيﷺ : **(لا تباغضوا ولا تحاسدوا ولا تدابروا وكونوا عباد الله إخواناً، ولا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث)**[2].

وفي رواية : **(إياكم الظن فإن الظن أكذب الحديث ولا تحاسدوا ولا تحسسوا ولا تجسسوا ولا تناجشوا ولا تباغضوا ولا تدابروا وكونوا عباد الله إخواناً)**[3]

"والتحسس من الحاسة إحدى الحواس الخمس، والتجسس من الجس بمعنى اختبار الشيء باليد، وهي إحدى الحواس، ولا تحاسدوا والحسد: تمني الشخص زوال النعمة عن مستحق

---

[1] - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص 23

[2] - الموطأ / الأمام مالك / ح1633/ ص533/ ك حسن الخلق/ ب ما جاء في الغضب / صحيح.

[3] - صحيح البخاري / البخاري / ك الأدب / ب ما ينهى عن التحاسد والتدابر

لها، والتدابر مأخوذة من تولية الرجل الآخر دبره إذا أعرض عنه حين يراه، ولا تباغــضوا أي لا تتعاطوا أسباب البغض "[1].

فالنبيﷺ يوجه المجتمع المسلم إلى الأخوة ونبذ الخلافات وتوابعها من القطيعة والخــصومة التي توغر القلوب فتصيبها بالأمراض النفسية والقلبية، والتي لا تعافى ولا تشفى إلا بالتراحم والتلاحم والتواصل مع الآخرين وحب الخير لهم

2 - وحث على العفو والصفح عن الآخرين إذا أرادوا أن يغفر لهم فقال تعالى: ﴿**وَلا يَأْتَــلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِــي سَــبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ**﴾[النور:22] أي: " لا تحلفوا ألا تصلوا قرابتكم المساكين والمهاجرين وهذه في غاية الترفق والعطف عل ى صلة الأرحام؛ ولهذا قال: ﴿ **وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا**﴾ أي: عما تقدم منهم من الإســاءة والأذى، وهذا من حلمه تعالى ولطفه بخلقه مع ظلمهم لأنفسهم"[2].

3 - ونهى عن الكبر والاختيال والعجب التي هي أمراض نفسية وقلبية فقال تعــالى: ﴿**وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولاً**﴾[الإسراء:37]

" المرح: قيل هو شدة الفرح وقيل التكبر في المشي وقيل تجاوز الإنسان قدره وقيل الخــيلاء في المشي وقيل البطر والأشر وقيل النشاط والظاهر أن المراد به هنا الخيلاء والفخر"[3]

قال تعــالى: ﴿**وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُــلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ**﴾[لقمان: 18] " لا تعرض عن الناس تكبرا عليهم"[4].

فهذه الأمراض تورد الإنسان المهالك ، وتذهب بالنعم، وتُبعد عن الكمال الأخلاقي، فهي داء عضال.

لذا حث القرآن على التواضع ليعالج مرض الكبر في النفس ومدح أصحابه بأنهم من عبــاد الرحمن تحفيزاً لهم فقال تعالى: ﴿**وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنــاً وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلاماً**﴾ [الفرقان:63] أي: "بسكينة ووقار من غيــر جبريــة ولا استكبار"[5]

---

[1] - انظر فتح الباري / ابن حجر / ج 10/ ص581،582

[2] تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3 /ص 335

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 3/ ص 228

[4] - المرجع السابق / ج 4/ ص239

[5] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 3/ ص 395

4 - وحث القرآن على العزة التي تحمل الإنسان على الأعمال الصالحة والكلام الحسن والشجاعة وعدم الخوف فقال تعالى: ﴿**مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعاً إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ وَالَّذِينَ يَمْكُرُونَ السَّيِّئَاتِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَكْرُ أُولَئِكَ هُوَ يَبُورُ**﴾ [فاطر:10]

ومنها العزة على الكفار والشدة عليهم ليعالج القهر النفسي والضعف الذاتي لدى الإنسان فقال تعالى واصفاً المؤمنين : ﴿ **فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لائِمٍ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ**﴾ [المائدة: 54].

5 - وحث القرآن على الرحمة لعلاج قسوة القلب فقال تعالى: ﴿ **فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظّاً غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ**﴾[آل عمران:159]

6 - ونهى القرآن عن البخل والتبذير ، فقال تعالى: ﴿**وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُوماً مَحْسُوراً**﴾[الإسراء:29]

وقال النبي ﷺ : **(خصلتان لا يجتمعان في مؤمن البخل وسوء الخلق)** [1]

فالبخل مرض قلبي لا يسلم منه الإنسان إلا من عَمر الإيمان قلبه ، ولقد أشار القرآن إلى ذم من يحرص على اقتناء المال وعدم إنفاقه في وجوه الخير والبخل به فقال تعالى: ﴿**قُلْ لَوْ أَنْتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَائِنَ رَحْمَةِ رَبِّي إِذاً لَأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ الْأِنْفَاقِ وَكَانَ الْأِنْسَانُ قَتُوراً**﴾[الإسراء:100]

وحث على الإنفاق والجود والكرم والسخاء لعلاج مرض البخل والشح فقال تعالى: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرّاً وَعَلانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَنْ تَبُورَ**﴾[فاطر:29]

ويقول: ﴿**آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَأَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَخْلَفِينَ فِيهِ فَالَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَأَنْفَقُوا لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ**﴾ [الحديد:7]

ويقول : ﴿**فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْراً لِأَنْفُسِكُمْ وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ**﴾[التغابن:16]

---

[1] - الأدب المفرد / البخاري / ج398/ ص 76 / ب الشح

ورغب في الإنفاق ومضاعفه الأجر لمحاربة مرض البخل والشح والتقتير فقال تعالى: ﴿**مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةُ حَبَّةٍ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ**﴾[البقرة:261]

وأمر القرآن بالتوسط بالإنفاق وعدم التبذير والإسراف فقال تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً**﴾[الفرقان:67]، فالصدقة تطهر القلب وتنقيه، وتشفيه من مرض البخل والشح والتقتير يقول تعالى: ﴿**خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ**﴾[التوبة:103]

7 - ونهى القرآن عن مرض الكذب، وأخطر هذا المرض الكذب على الله سبحانه يقول تعالى: ﴿**فَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ كَذَبَ عَلَى اللَّهِ وَكَذَّبَ بِالصِّدْقِ إِذْ جَاءَهُ أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوىً لِلْكَافِرِينَ**﴾[الزمر:32]

" أي: لا أحد أظلم من هذا؛ لأنه جمع بين طرفي الباطل، كذب على الله، وكَذَّب رسول الله، وقالوا الباطل وردوا الحق؛ ولهذا قال متوعدا لهم: أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِلْكَافِرِينَ وهم الجاحدون المكذبون"[1]

وامتدح الصادقين وشجعهم على الصدق فقال تعالى: ﴿**وَالَّذِي جَاءَ بِالصِّدْقِ وَصَدَّقَ بِهِ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ**﴾ [الزمر:33] ﴿**قَالَ اللَّهُ هَذَا يَوْمُ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَداً رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ**﴾[المائدة:119]، ووعدهم بحسن الجزاء فقال تعالى:﴿ **لِيَجْزِيَ اللَّهُ الصَّادِقِينَ بِصِدْقِهِمْ** ﴾ [الأحزاب: 24] أي: "بصبرهم على ما عاهدوا الله عليه، وقيامهم به، ومحافظتهم عليه"[2]

وأمر المؤمنين بالتزام الصادقين ونصرتهم وتأييدهم فقال تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ**﴾[التوبة:119]

وبَين أن حقيقة الصدق تشمل كل أعمال البر والخير والتقوى، فكلمه الصدق ذات مدلول عام وشامل فقال تعالى: ﴿ **لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلاةَ وَآتَى**

[1] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4 / ص 65

[2] - المرجع السابق/ ج 3/ ص 577

الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ﴾[البقرة: 177]

وصدق رسول الله إذ بين أن الصدق علاج للقلب من الريبة والقلق والاضطراب فقال : **(الصدق طمأنينة والكذب ريبة)**[1]

8 - ونهى عن مرض الخيانة الذي يقتل ضمير الإنسان فقال تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ**﴾[الأنفال:27] أي: " يا أيها الذين صدقوا الله ورسوله لا تخونوا الله، وخيانتهم الله ورسوله، كانت بإظهار من أظهر منهم لرسول الله ﷺ والمؤمنين الإيمانَ في الظاهر والنصيحةَ، وهو يستسرُّ الكفر والغش لهم في الباطن، يدلُّون المشركين على عورتهم، ويخبرونهم بما خفي عنهم من خبرهم"[2].

وأمر برد الأمانات إلى أصحابها فقال تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا** ﴾ [النساء: 58] "والأمانات تبدأ من الأمانة الكبرى الأمانة التي أناط الله بها فطرة الإنسان؛ والتي أبت السماوات والأرض والجبال أن يحملنها وأشفقن منها، وحملها الإنسان أمانة الهداية والمعرفة والإيمان بالله عن قصد وإرادة وجهد واتجاه... ومن هذه الأمانات : أمانة التعامل مع الناس؛ ورد أماناتهم إليهم: أمانة المعاملات والودائع المادية وأمانة النصيحة للراعي وللرعية وأمانة القيام على الأطفال الناشئة وأمانة المحافظة على حرمات الجماعة وأموالها وثغراتها وسائر ما يجلوه المنهج الرباني من الواجبات والتكاليف في كل مجالي الحياة على وجه الإجمال"[3].

ومدح المؤمنين الذين يؤدون الأمانة لأصحابها فقال تعالى: ﴿**وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ**﴾ [المؤمنون:8] أي: " والذين هم لأماناتهم وعهدهم لما يؤتمنون عليه ويعاهدون من جهة الحق أو الخلق راعون أي قائمون عليها حافظون لها على وجه الإصلاح"[4]

9 - ونهى عن الظلم هذا الخلق الذي فيه اعتداء على حقوق الغير،وانتقاص حقوقهم، وهو مرض يُظلم القلب ويجعله مقفولاً ومطبوعاً عليه قال تعالى: ﴿**أَفِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَمِ**

---

[1] - سنن الترمذي / الترمذي / ح2518/ ج 4 /ص382 / ك صفة القيامة والرقائق و الورع/ حسن صحيح

[2] - جامع البيان / الطبري / ج 5/ ص3816

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 2/ ص 688،689

[4] - تفسير أبي السعود/ أبو السعود / ج 4/ ص38

ارْتَابُوا أَمْ يَخَافُونَ أَنْ يَحِيفَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَرَسُولُهُ بَلْ أُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ﴾[النور:50]

والظلم له أشكال ثلاثة:

أ ظلم الإنسان لربة ويكون بعبادة غير الله والكفر به فقال تعالى: ﴿**وَالْكَافِرُونَ هُمُ الظَّالِمُونَ**﴾ [البقرة: 254].

أو الكذب والافتراء على الله، يقول تعالى: ﴿**فَمَنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ**﴾[آل عمران :94]، ويقول: ﴿**وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِباً أَوْ كَذَّبَ بِآيَاتِهِ إِنَّهُ لا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ**﴾ [الأنعام:21].

ب ظلم الإنسان للعباد والمخلوقات ، إما بقتلهم أو جرحهم أو إيذائهم ، أو النيل من أعراضهم وأموالهم ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْراً مِنْهُمْ وَلا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْراً مِنْهُنَّ وَلا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْأِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ**﴾[الحجرات:11] أي: " لارتكابهم ما نهى الله عنه وامتناعهم من التوبة فظلموا من لقبوه وظلمهم أنفسهم بما لزمهم من الإثم "[1]

ج ظلم الإنسان لنفسه بتدسيتها وممارستها للذنوب والمعاصي،ووقوعها في الآثام والفواحش ما ظهر منها وما بطن، مما يجلب لها الأمراض البدنية والقلبية ، وتهوي به في جهنم في الآخرة ﴿ **وَمَا ظَلَمُونَا وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ**﴾[البقرة: 57] أي: " وما وضعوا فعلهم ذلك وعصيانهم إيانا موضع مضرة علينا ومنقصة لنا، ولكنهم وضعوه من أنفسهم موضع مضرة عليها ومنقصة لها"[2]

وكقوله تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ لا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئاً وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ**﴾ [يونس:44]

وحذر من يوم الحساب، وندبهم على التقوى فقال تعالى: ﴿**وَاتَّقُوا يَوْماً تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ثُمَّ تُوَفَّى كُلُّ نَفْسٍ مَا كَسَبَتْ وَهُمْ لا يُظْلَمُونَ**﴾[البقرة:281]

ولقد حث القرآن على العدل الذي هو أساس الأمن والاستقرار النفسي والمجتمعي لعلاج مرض الظلم في النفس والمجتمع فقال تعالى: ﴿**إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْأِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ**﴾[النحل:90]

---

[1] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص 64

[2] - جامع البيان / الطبري / ج 1/ ص419

أي: "يأمر بمكارم الأخلاق بالعدل بين الناس، والإحسان إلى جميع الخلق، ومواساة الأقرباء، وينهى عن كل قبيح من قول، أو فعل، أو عمل،والفحشاء كل ماتناهى قبحه كالزنا والشرك، والمنكر كل ما تنكره الفطرة ، والبغي هو الظلم وتجاوز الحق والعدل "[1]

10 حث على الصبر واحتمال الأذى، ولعل الصبر من أهم الأخلاق لعلاج العديد من الأمراض النفسية، لما فيه من تربية النفس ، واحتمالها الأذى، وتقوية الإرادة، وصقل الشخصية السوية، وصمودها أمام الشدائد والابتلاءات والمحن ، إذ أن حياة الإنسان لا تخلو منها يقول تعالى: ﴿**وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ**﴾[البقرة:155]

أي: "إذا استحكمت الأزمات وتعقدت حبالها، وترادفت الضوائق وطال ليلها، فالصبر وحده هو الذي يشع للمسلم النور العاصم من التخبط، والهداية الواقية من القنوط"[2].

والقرآن حث على العلاج الفعال لمواجهة هذه الخطوب بخلق الصبر فقال تعالى: ﴿**وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ**﴾[البقرة:45] أي: " استعينوا بحبس أنفسكم عن الشهوات وقصرها على الطاعات على دفع ما يرد عليكم من المكروهات"[3] ويقول تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ**﴾[البقرة:153]

يقول الشوكاني: " لما فرغ سبحانه من إرشاده عباده إلى ذكره وشكره عقب ذلك بإرشادهم إلى الاستعانة بالصبر والصلاة فإن من جمع بين ذكر الله وشكره واستعان بالصبر والصلاة على تأدية ما أمر الله به ودفع ما يرد عليه من المحن فقد هدي إلى الصواب ووفق إلى الخير وإن هذه المعية التي أوضحها الله بقوله إن الله مع الصابرين: فيها أعظم ترغيب لعباده سبحانه إلى لزوم الصبر على ما ينوب من الخطوب فمن كان الله معه لم يخش من الأهوال وإن كانت الجبال"[4]

"والصبر من المؤشرات الهامة للصحة النفسية لقدرة الفرد على تحمل مشاق الحياة، والصمود في مواجهه الشدائد والأزمات، والصبر على كوارث الدهر ومصائبه ، فلا يضعف أمامها ولا ينهار، ولا يتملكه اليأس.

---

1 - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج2/ ص139

2 - خلق المسلم / محمد الغزالي / ص128

3 - فتح القدير / الشوكاني / ج 1 / ص 78

4 - نفس المرجع / ج 1/ ص158

إن الشخص الذي يقابل المصائب والمواقف العصبية بصبر وثبات، إنما هو شـــخص ســـوي الشخصية يتمتع بقدر كبير من الصحة النفسية"[1]

يقول النبي ﷺ : **(ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غـــم حتى الشوكة يشاكها إلا كفر الله بها من خطاياه)**[2]

فبالصبر لا يجزع الإنسان، ولا يضعُف ولا ينهار إذا أحاطت بها الشدائد، ومن ثَم لا يستسلم ولا يتنكب ولا يضطرب بل يثبت ويصمد ، ويأمل في الأجر والثواب كما بينه الحديث وكما دل عليه قول موسى عليه السلام لقومه إذ ﴿ **قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ اسْتَعِينُوا بِاللَّـــهِ وَاصْـــبِرُوا إِنَّ الْأَرْضَ لِلَّهِ يُورِثُهَا مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ**﴾ [الأعراف:128]

" إنه ليس لأصحاب الدعوة إلى رب العالمين إلا ملاذ واحد، وهو الملاذ الحـــصين الأمـــين وإلا ولي واحد وهو الولي القوي المتين وعليهم أن يصبروا حتى يأذن الولي بالنصرة فـــي الوقت الذي يقدره بحكمته وعلمه وألا يعجلوا، فهم لا يطلعون الغيب، ولا يعلمون الخير"[3]

فالصبر يُظهر معادن الرجال وحقيقة إيمانهم، ومدى صبرهم واحتمالهم على معوقات الحياة، وقد أخبر القرآن عن ابتلاء الناس وامتحانهم فقال تعالى: ﴿**وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ**﴾ [محمد: 31] أي: " حتى نعلم من امتثل الأمر بالجهـــاد وصبر على دينه ومشاق ما كلف به"[4]

" والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الإرادة، فالشخص الـــصابر قـــوي الإرادة، لا تـــضعف عزيمته، ولا تثبط همته مهما لقي من مصاعب وعقبات، وبقوة الإرادة يتمكن الإنـــسان مـــن إنجاز الأعمال العظيمة، وتحقيق الأهداف العالية ﴿ **إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفاً مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا يَفْقَهُونَ**﴾[الأنفال: من الآية65]، وإذا تعلم الإنسان الصبر على تحمل مشآق الحياة، ومصائب الدهر، والـــصبر على أذى الناس وعداوتهم، والصبر على عبـــادة الله وطاعتـــه، وعلـــى مقاومـــه شـــهواته وانفعالاته، والصبر على العمل والإنتاج،فإنه يصبح إنساناً ذا شخـــصية ناضـــجة، متزنـــة، متكاملة، منتجة، فعالة، ويصبح عصياً على القلق، وفي مأمن من الاضطرابات النفسية"[5]

---

[1] - الحديث النبوي وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص296

[2] - صحيح البخاري / البخاري / ح5640/ ج 4/ ص 24 / ك المرضى / ب كفارة المرض

[3] - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 3/ ص1355

[4] - فتح القدير / الشوكاني / ج5/ ص 40

[5] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 199،200

يقول الباحث: ولو نظرنا إلى ما شمله التوجيه القرآني بالإيمان والعبادات والأخـــلاق لتحقيق الصحة النفسية، لوجدنا أن القرآن جمع هذه الأمور الطيبـــة فـــي ســـمات وصـــفات المتقين، فبالتقوى يتحقق العلاج القرآني لمعظم الأمراض النفسية يقول تعالى: ﴿ **وَمَنْ يَتَّـــقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجاً وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لا يَحْتَسِبُ**﴾ [الطلاق: 2 3] " يقول تعالى ذكره: من يخف الله فيعمل بما أمره به، ويجتنب ما نهاه عنه، يجعل له من أمره مخرجًا بأن يعرّفه بأن ما قضى فلا بدّ من أن يكون... ويسبب له أسباب الرزق من حيث لا يشعر، ولا يعلم"[1].

وقوله تعالى: ﴿**وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْراً**﴾ [الطلاق: 4] أي: "يـــسهل لـــه أمره، وييسره عليه، ويجعل له فرجا قريبًا ومخرجًا عاجلا"[2].

وقوله تعالى: ﴿ **وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُعْظِمْ لَهُ أَجْراً**﴾[الطلاق: 5]

أي: " ومن يتق الله بترك ما لا يرضاه يكفر عنه سيئاته التي اقترفها لأن التقوى من أسباب المغفرة للذنوب و يعطه من الأجر في الآخرة أجرا عظيما وهو الجنة"[3] .

يقول الباحث: وهذا يدل على أن التقوى سبب من أسباب الرزق، وتسهيل الأمور، وتفـــريج الكروب، ومغفرة الذنوب، وهذا ما يُشعر التقي بالراحة النفسية

وقد وصف القرآن المتقين فقال تعالى: ﴿**ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِلْمُتَّقِينَ الَّـــذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَـــا أُنْـــزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنْزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ أُولَئِكَ عَلَى هُدىً مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُـــمُ الْمُفْلِحُونَ**﴾[البقرة: 2 5]

فقد جمعت الآيات من صفات المتقين: الإيمان بالله والغيب والكتب واليـــوم الآخـــر، ومـــن العبادات: إقامة الصلاة وإيتاء الزكاة، التي تريح النفس وتطمئن القلب، وتكسب النفس السكينة والسعادة.

ويقول تعالى: ﴿ **وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُـــهَا الـــسَّمَوَاتُ وَالْـــأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَـــافِينَ عَـــنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّـــهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ**

[1] - جامع البيان/ الطبري / ج10/ ص8075

[2] - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 4/ ص470

[3] - فتح القدير / الشوكاني / ج 5/ ص242

أُولَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ [آل عمران 133 136]

يقول الباحث: هذه الآيات جمعت من صفات المتقين الأخلاق الكريمة من الإنفاق وكظم الغيظ، والعفو عن الناس والإحسان إليهم، ومن العبادة الذكر وسرعة العودة بعد ارتكاب الذنب والإقبال على الله بالتوبة والاستغفار، وعدم الإصرار على الذنب ، وهذه الصفات تحقق للنفس الطمأنينة والسكينة، وترفع من مستوى الصحة النفسية.

ويرى الباحث أن التقوى هي أن يقي الإنسان نفسه من كل ضر أو شر يلحق به في الدنيا أو في الآخرة، فهو دائم الاستشعار برقابة الله له، لذا تجده محافظاً على الفرائض مستكثراً من النوافل، متحلياً بالأخلاق الكريمة، تجده في ميادين الخير حاضراً، وعن ميادين الشر غائباً، يعمل في صمت وإخلاص.

يقول د. نجاتي: " ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الإنسان في دوافعه وانفعالاته، وسيطرته على ميوله وأهوائه، فيقوم بإشباع دوافعه في الحدود التي يسمح بها الشرع فقط، ولا يتضمن مفهوم التقوى كبت الدوافع الفطرية، بل يتضمن فقط ضبطها والتحكم فيها وإشباعها في الحدود المسموح بها شرعاً... ويتوخى الإنسان دائماً في أفعاله الحق والعدل والأمانة والصدق، وأن يعامل الناس بالحسنى، ويتجنب العدوان والظلم، وتجنب السلوك السيئ والمنحرف والشاذ، وهذا يتطلب المجاهدة والتحكم في أهوائه وشهواته، فالتقوى من العوامل الرئيسة التي تؤدي إلى نضوج الشخصية وتكاملها واتزانها"[1]

[1] - القرآن وعلم النفس / د. محمد نجاتي / ص 282،283

المطلب الرابع

التوجيه القرآني بالتوافق النفسي الاجتماعي

التوافق : "هو تلاؤم الكائن الحي مع بيئته إما بتغيير سلوكه أو بتغيير بيئتــه أو بتغييرهمـــا معاً"[1]

ومنه قوله تعالى: ﴿**إِنْ يُرِيدَا إِصْلاحاً يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا** ﴾[النساء:35]

"فهما يريدان الإصلاح والله يستجيب لهما ويوفق ، وهذه هي الصلة بــين قلــوب النـــاس وسعيهم ومشيئة الله وقدره "[2] ، وذلك بتغيير سلوك الزوجين مع بعــضهما الــبعض إلـــى الأصلح.

والتوافق هو العملية التي يدخل بها الفرد في علاقة متناسقة متناغمة صحية مع بيئته ماديـــاً واجتماعياً ونفسياً"[3].

ومنه قوله تعالى: ﴿ **إِنْ أَرَدْنَا إِلَّا إِحْسَاناً وَتَوْفِيقاً**﴾[النساء: 62] أي " أنهم يريـــدون اتقـــاء الإشكالات والمتاعب والمصاعب، التي تنشأ من الاحتكام إلى شريعة الله! ويريدون التوفيـــق بين العناصر المختلفة والاتجاهات المختلفة والعقائد المختلفة"[4]، أي يريدون التناغم مع الواقع الجديد ولو بالنفاق.

ويرى الباحث أن من توجيه القرآن لتحقيق الصحة النفسية، دعوته المسلم إلى التوافق النفسي الاجتماعي، وذلك بتكييف نفسه وارتباطها بالمجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يتطلب منه التناغم والتناسق والتلاؤم والتوافق مع المجتمع، ونقصد بالتناغم والتناسق والتلاؤم والتوافـــق المنضبط بأسس الإسلام والإيمان، وهذا التوافق تسعد به نفسه وترضـــى عنـــه، فمـــن أراد تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي فلا بد أن تكون علاقته حسنه مع نفسه والآخرين من خلال ما يلي:

1 - معاملتهم الطيبة بالمودة والرفق والتجاوز عن زلاتهم وهفواتهم قـــال تعـــالى: ﴿**فَبِمَـــا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظّاً غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَـــاعْفُ عَـــنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْـــتَ فَتَوَكَّـــلْ عَلَـــى اللَّـــهِ إِنَّ اللَّـــهَ يُحِـــبُّ**

1 - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. السيد محمد عبد العال / ص151

2 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 2/ص 656

3 - المفاهيم النفسية في القرآن الكريم / د. السيد محمد عبد العال / ص151

4 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 2 / ص695

الْمُتَوَكِّلِينَ﴾[آل عمران:159] "يقول تعالى مخاطبا رسولهﷺ وممتنا عليه وعلى المؤمنين فيما ألان به قلبه على أمته، المتبعين لأمره، التاركين لزجره، وأطاب لهم لفظه "[1]

2 - تحمل أذاهم والصبر عليهم، ومعاملتهم بالحسنى، وعدم الإساءة إليهم قال تعـالى: ﴿**وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّـهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ**﴾[فصلت:34] أي: "ادفع السيئة إذا جاءتك من المسيء بأحسن ما يمكن دفعها به من الحسنات ومنه مقابلة الإساءة بالإحسان والذنب بالعفو والغضب بالصبر والإغـضاء عن الهفوات والاحتمال للمكروهات"[2]

3 - انتقاء الكلام الطيب والجميل، بحيث لا يستفز مشاعر الغير، ولا ينال من شخـصياتهم فكسب القلوب خير من كسب المواقف قال تعالى: ﴿ **وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْناً**﴾[البقـرة: 83] وقال: ﴿**وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ الشَّيْطَانَ يَنْزَغُ بَيْنَهُمْ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوّاً مُبِيناً**﴾ [الإسراء:53] أي: "وقل يا محمد لعبادي يقل بعضهم لبعض التي هي أحسن من المحاورة والمخاطبة"[3]

4 - التفاعل الإيجابي مع المجتمع في فعل الخيرات، والتوافق معهم توافقاً حسناً يقول تعالى: ﴿ **وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلا تَعَاوَنُوا عَلَى الْأِثْمِ وَالْعُدْوَانِ** ﴾ [المائدة: 2] أي: " تعاونوا على فعل الخيرات وترك المنكرات، وعلى كل ما يقرب إلى الله"[4]

ويقول تعالى: ﴿**فَلَا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ فَكُّ رَقَبَةٍ أَوْ إِطْعَامٌ فِي يَوْمٍ ذِي مَسْغَبَةٍ يَتِيمًا ذَا مَقْرَبَةٍ أَوْ مِسْكِينًا ذَا مَتْرَبَةٍ ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّـذِينَ آمَنُـوا وَتَوَاصَـوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ**﴾ [البلـد : 11 - 18] يقـول سـيد قطب: " لأنه محك للمشاعر الإيمانية من رحمة وعطف وتكافل وإيثـار، ومراقبـة لله فـي عياله، في يوم الشدة والمجاعة والحاجة وهاتان الخطوتان : فك الرقاب وإطعام الطعام كانتا من إيحاءات البيئة الملحة"[5]

---

1 - تفسير القرآن العظيم / ابن كثير / ج 1/ ص556

2 - فتح القدير / الشوكاني / ج 4/ ص516

3 - جامع البيان / الطبري / ج 7/ ص5191

4 - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج 1/ ص326

5 - في ظلال القرآن / سيد قطب / ج 6/ ص3913

5 - نسج العلاقات الحميمة من الصداقات ومع الجيران والأقرباء والبيئة المحيطة به، التي تجعل الحياة وردية يقول تعالى: ﴿ **وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ**﴾ [الرعد: 21]

فلابد من تكوين علاقات حميمة مع النفس وأفراد المجتمع ليشعر الإنسان بتحقيق الصحة النفسية

ولقد ذكر د. كمال إبراهيم مرسي أعمالاً تُنمي العلاقة الطيبة بالناس وتحافظ عليها في مستوى الصداقة أو الصحبة وهي:

"1 الحرص على حب الناس ولا تنتظر أن يحبوك أولاً، بل أنت ابدأ بحبهم، وبادرهم بالسلام والابتسامة.

2 خفض الجناح للناس ومعاملتهم معاملة حسنة ، فحسن الخلق من الإيمان.

3 التسامح مع الناس وإقالة عثراتهم، وستر عوراتهم، والعفو عنهم، وقبول أعذارهم

4 النصح للناس لما فيه الخير في الدين والدنيا فالدين النصيحة.

5 - السعي في قضاء حوائج الناس .

6 التواصل الجيد معهم بالكلام الطيب وحسن الإصغاء إليهم، ومناداتهم بأحب الأسماء إليهم، وتوقير الكبير، والعطف على الصغير، والأخذ بيد الضعيف ونصرة المظلوم، ومساعدة الفقير.

7 مجاملة الناس في المناسبات، وتقديم التهاني في المسرات والمواساة في الأزمات، وزيارة المريض، وحضور الجنازة.

8 تبادل الزيارات مع الأهل والأصدقاء والجيران لتجديد مشاعر المودة والمحبة، وقضاء الأوقات الطيبة لتقوية العلاقات وتنميتها"[1]

يقول الباحث وما ذكره د. كمال مرسي هو ما حث علية القرآن الكريم والسنة النبوية ومنها قوله تعالى: ﴿ **وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ**﴾[الحجر: 88] أي: " تواضع لمن آمن بك من المؤمنين وضعفائهم "[2] . ويقول تعالى: ﴿**وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ**﴾[الشعراء:215] أي: " تواضع وألن جانبك لأتباعك المؤمنين "[3]

---

[1] - السعادة وتنمية الصحة النفسية/ د. كمال مرسي/ ص 191،192

[2] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج2/ ص115

[3] - صفوة التفاسير / محمد الصابوني / ج2/ ص397

وقال تعالى: ﴿ **فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ** ﴾[البقرة: 109]، وقال: ﴿ **وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ**﴾[الشورى:43] " وَلَمَن صَبَرَ على الظلم والأذى وَغَفَرَ ولم ينتصر إِنَّ ذَلِكَ أي الصبر والغفران منه لَمِنْ الأمور التي ندب إليها أو مما ينبغي أن يوجبه العاقل على نفسه ولا يترخص في تركه"[1]

وقال تعالى: ﴿ **أُبَلِّغُكُمْ رِسَالاتِ رَبِّي وَأَنَا لَكُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ**﴾[الأعراف:68] أي: " وأنا لكم في أمري إياكم بعبادة الله دون ما سواه من الأنداد والآلهة، ودعائكم إلى تصديقي فيما جئتكم به من عند الله، ناصحٌ، فاقبلوا نصيحتي، فإني أمين على وحي الله، وعلى ما ائتمنني الله عليه من الرسالة، لا أكذب فيه ولا أزيد ولا أبدِّل، بل أبلغ ما أمرت كما أمرت"[2]، وقال تعالى: ﴿ **وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَةَ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ** ﴾ [الأعراف: 79]

وقال تعالى: ﴿ **فَسَقَى لَهُمَا ثُمَّ تَوَلَّى إِلَى الظِّلِّ فَقَالَ رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنْزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ**﴾ [القصص:24]، وفيها قضاء حاجة الفتاتين بسقيه لأغنامهما وسط الزحام على الماء.

وجمع النبي جميع المعاني السابقة في وصيته الشاملة حيث قال: **(اتق الله حيثما كنت وأتبع الحسنة السيئة تمحها، وخالق الناس بخلق حسن)**[3]،يقول النبيﷺ : **(تبسمك في وجه أخيك لك صدقه، وأمرك بالمعروف ونهيك عن المنكر صدقه، وإرشادك الرجل في أرض الضلال لك صدقه، وبصرك للرجل الرديء البصر لك صدقه، وإماطتك الحجر والشوكة والعظم عن الطريق لك صدقه، وإفراغك من دلوك في دلو أخيك لك صدقه)**[4] فمن اقتفى أثر هذين الحديثين تحققت فيه جميع الخصال الحسنة التي ذكرها د . كمال مرسي.

الخلاصة:

يرى الباحث أن تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي هو تحقيق للصحة النفسية، ففيه الشعور بالرضى عن النفس والمجتمع، وهذا يتطلب من الإنسان نسج علاقات اجتماعية طيبة في كل ظروف حياته، وأن يُخالق الآخرين من حوله أصدقاء وجيران وأقرباء بخلق حسن، وكسبهم بالحب والود والصلة، ومبادلتهم مشاعر الرضا والقبول، وهذه مرتبة عالية من

---

[1] - تفسير النسفي / النسفي / ج 4/ ص110

[2] - جامع البيان / الطبري / ج5/ ص3546

[3] -سنن الترمذي / الترمذي/ ح1987/ ج4/ ص125/ ك البر والصلة/ ب ما جاء في معاشرة الناس/ حسن صحيح

[4] - المرجع السابق/ ح1956/ ج 4/ ص112/ ك البر والصلة/ ب ما جاء في صنائع المعروف/ حسن غريب

الصحة النفسية، وأمتع درجات السعادة والسرور، فالإنسان دمث الخلق، نبيل المعاملة، وهو على علاقة متميزة من الحب مع النـــاس، فيحـــبهم ويحبونـــه ، ويحتـــرمهم ويحترمونـــه، ويساعدهم ويساعدونه، وهذا ما يجعل التوافق النفسي أساساً أصيلاً لتحقيق الصحة النفسية.

الخاتمة

وفيها أهم النتائج وأهم التوصيات:

أولاً: أهم النتائج:

1- الصحة النفسية نسبية ومتفاوتة بين الناس، ولا يمكن قياسها بمقاييس ماديه فقط.

2- أغفل علم النفس العام بنسبه كبيرة جداً مكانة الروح والدين من الصحة النفسية، في حين ركز الإسلام عليهما.

3- الصحة النفسية تكون في أرقى مستوياتها من خلال الالتزام بمنهج القرآن الكريم والسنة النبوية، وتختل إذ اختلال الالتزام بهما.

4- يأتي الشعور بالصحة النفسية وعدمها من خلال كيفية شعور الإنسان ورضاه عن علاقته تجاه ربه، وتجاه نفسه، وتجاه الآخرين الذين يعيش معهم.

5- الشخصية السوية هي الشخصية الملتزمة بمنهج الإسلام، وهي الأكثر تمتعاً بالصحة النفسية، والشخصية غير الملتزمة بالإسلام هي شخصية منحرفة وغير سوية ، وهي الأدنى تمتعاً بالصحة النفسية.

6- يُمكن تقويم الشخصية والارتقاء بصحتها النفسية بأساليب تربوية متعددة ومتنوعة ضمن إطار أساليب الترغيب والترهيب، ومنهجية الثواب والعقاب.

7- من أهم سمات الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية: التفاؤل والرضا عن النفس والآخرين،

والإحسان والإتقان والإبداع في مجالات عملها وتخصصها، والإيجابية وروح المبادرة الذاتية في خدمة الآخرين، وتحمل المسئوليات المناطة بها.

8- لا يُمكن تحقيق الصحة النفسية بدون الاهتمام بالروح والقلب والمشاعر والأحاسيس وتزكيتها وتطهيرها، إذ أنها تمثل محور الارتكاز للتمتع بالصحة النفسية، وبانحرافها تحدث الاضطرابات النفسية.

9- لا تكون الصحة النفسية في أرقى مستوياتها بعيداً عن الصحة الجسدية، فالجسد والنفس متداخلان ومتكاملان في مستوى الصحة النفسية.

10- ضرورة إشباع حاجات الجسد الفسيولوجية والنفسية والروحية، ضمن إطار يقوم على الوسطية والاعتدال، والتوازن بين متطلبات الحياة الدنيا والآخرة لتحقيق الصحة النفسية، ولابد من المحافظة على الجسد، من خلال السيطرة على الدوافع والانفعالات، دون قمع أو إنكار لها لتحقيق التوازن بين الروح والجسد.

11 - الفروقات الفردية بين الناس تلعب دوراً هاماً في تحديد شعورهم النفسي بالرضا عن مستوى صحتهم النفسية.

12 - يُمكن معالجة العديد من الإمراض العصبية، والاضطرابات النفسية بالعبادات المتنوعة (كالصلاة والصيام والزكاة والحج والذكر والاستغفار والتوبة).

13 - يُمكن معالجة بعض الأمراض الجسدية ببعض العبادات كحركات الصلاة، والحمية بالصيام ، والصدقة بالزكاة، وماء زمزم بالحج ، والدعاء .

14 - التمسك بالأخلاق الحسنه يُنمي مستوى الصحة النفسية، ويحفظها من الاضطرابات النفسية،وأمراض الحسد والبغضاء والحقد والكراهية التي تفسد الصحة النفسية.

15 - العلاقة الزوجية من أهم مؤشرات الصحة النفسية، فعلى قدر سعادة الزوج في حياته الزوجية تكون الراحة النفسية والاستقرار النفسي.

16 - المعاصي والذنوب من أكثر الأسباب وأخطرها في انحراف الإنسان، وانهيار الصحة النفسية أو انحطاطها أو اضطراب وقلق الإنسان.

ثانياً: أهم التوصيات:

1 - يوصي الباحث بإشباع الإنسان لحاجاته النفسية والجسدية والاجتماعية ضمن حدود الشريعة، وعدم كبتها أو إنكارها، والتوازن بينها بلا إفراط ولا تفريط في إشباعها لتحقيق الصحة النفسية.

2 - يوصي الباحث بأهمية التواصل الجيد والمتميز مع الآخرين لإقامة علاقات شخصية طيبه ومُرضية وثابتة، للتعايش براحة نفسية مع المجتمع

3 - يوصي الباحث بأهمية الترويح عن النفس وحقها من الرعاية والعناية، من خلال الرحلات البرية والبحرية، والزيارات الاجتماعية، والقراءة والكتابة ، وحضور مجالس العلم وممارسة الهوايات المختلفة،

لما للترويح عن النفس من انعكاسات على الصحة النفسية

4 - من أجل التمتع بالصحة النفسية يوصي الباحث بأهمية الاعتناء بالصحة الجسدية من خلال تناول الطعام والشراب النافع، والنوم والمسكن والعلاج، وممارسة الأنشطة الرياضية كالمشي والجري والألعاب الرياضية المتنوعة خاصة في الصباح.

5 - يوصي الباحث كل من يريد تحقيق الصحة النفسية لذاته بالتزام التقوى والاستقامة، إذ أن التقوى من أقصر الطرق للشعور بمستوى راقٍ من الصحة النفسية، لما فيها من الأعمال

الصالحة عامة، والإعمال القلبية خاصة كالرضا عن الله وقدرة، والتوكل عليه، والثقة المطلقة في رحمته.

6- يوصي الباحث بتوجيه الباحثين في علم التفسير للبحث في علم النفس والاجتماع والإدارة و التربية وغيرها في رسائل الماجستير، والخروج عن مجرد التفسير، لأن المكتبات تعج بكتب التفسير، ولا بد أن تدلي كلية أصول الدين بدلوها في جميع العلوم، من خلال البحث والتنقيب في الكتب الإسلامية عامه والقرآن الكريم خاصة.

7- يوصي الباحث بضرورة التواصل والتنسيق في بحوث الماجستير بين كلية أصول الدين والكليات الأخرى في تحديد وإشراف ومناقشة الرسائل ذات الصلة بالكليات الأخرى في الجامعة، لتقديم دراسات بحثيه قويه ومتميزة في رسائل الماجستير

8- يوصي الباحث بالعمل على إنشاء مصحات نفسية إسلامية تعالج آثار حرب الفرقان النفسية على أهالي قطاع غزة، فقد أظهرت شبكات التلفزة والإعلام إصابة العديد من الناس بأمراض نفسية، وحالات هلع وخوف وصدمات نفسية نتيجة شراسة الحرب ، وفقدان الأهل والأصحاب والجيران.

9- يوصي الباحث بضرورة إيجاد البديل للمسلم عن المشعوذين والدجالين باسم العيادات القرآنية، من خلال هذه المصحات النفسية الإسلامية ذات التخصص العلمي المهني والمنهجي

10- يوصي الباحث بالتوازن في العواطف كالحب والكرة، والمشاعر كالغضب والرضا تجاه الآخرين،للمحافظة على الصحة النفسية

11- يوصي الباحث بضرورة عمل دراسة وبحث للآثار النفسية لحرب الفرقان على سكان قطاع غزة.

12- يوصي الباحث بدراسة آثار حفظ القرآن في مخيمات تاج الوقار على الصحة النفسية لحملته

ملخص الرسالة

بحمد الله تعالى اشتملت الرسالة على تمهيد تضمن النفس البشرية وأنواعها (الإمارة بالسوء، والمختلطة، واللوامة، والأوابة، والمطمئنة)، وأسباب الصراع النفسي

وتناول الباحث في الفصل الأول مؤشرات الصحة النفسية من خلال العلاقة الطيبة مع الخالق، ومع النفس ومع الآخرين حوله ، ومع الكون المحيط به.

وتناول الباحث في الفصل الثاني الشخصية السوية والصحة النفسية في القرآن من خلال بيان أنماط الشخصية في ضوء القرآن، من خلال الإيمان والنفاق والكفر حيث إن الشخصية المؤمنة تمثل الشخصية السوية في القرآن، والشخصية المنافقة أو الكافرة تمثل الشخصية غير السوية في القرآن مع ذكر بعض أوصاف كل شخصية منها كما جاءت في القرآن، وتناول الباحث طريقة القرآن في تقويم الشخصية، من خلال توضيح مفهوم تقويم الشخصية في القرآن وأساليب القرآن في تقويم الشخصية، وتناول الباحث منهج القرآن في تحقيق توازن الشخصية من خلال مفهوم توازن الشخصية في ضوء القرآن، وبيان سمات الشخصية السوية المتمتعة بالصحة النفسية، وهي التفاؤل والرضا والإحسان والإيجابية.

وتناول الباحث في الفصل الثالث أساليب القرآن في تحقيق الصحة النفسية للإنسان من خلال عناية القرآن بالروح ومتعلقاتها، وهي:القلب والمشاعر والأحاسيس، وعناية القرآن بالجسد ومتعلقاته، وهي: الدوافع والانفعالات، وكيفية السيطرة عليها، وعناية القرآن بالعقل ومتعلقاته، وهي: التفكير والنسيان والانتباه والفروق الفردية.

وتناول الباحث التوجيه القرآني لتحقيق الصحة النفسية من خلال التوجيه بالإيمان بالله وقدرة، والتوجيه بالتزام العبادات، والتوجيه بامتثال الأخلاق، والتوجيه بالتوافق النفسي الاجتماعي.

The Holy Quran and Mental health:

Abstract: Thanks God I have discussed in my research the human personality and its types including conspiring self, the confusing self, the blaming self, penitent, and resentful self, and the reasons for psychological conflict.

In the first chapter, the researcher discusses the indicators of mental health through the good relationship between human beings and their God, and their relationships with themselves and other people surrounding them.

In the second chapter, the researcher discusses the relationship between the normal personality and mental health in the Holy Quran through showing the different types of the human personality in the light of the Holy Quran through belief, blasphemy and hypocrisy as the believer represents the normal human personality while the disbeliever represents the abnormal human personality in the Holy Quran. The researcher also included in his research some characteristics for each personality mentioned in the Holy Quran. He also discusses the role of the Holy Quran in putting the human personality on the right track through explaining the meaning of putting the human personality on the right track and the ways of doing so.

The researcher also included in his research the role of the Holy Quran in achieving the balance of the human personality and the characteristics of the normal human personality which enjoys mental health including: Optimism, satisfaction, positivity and good deeds.

The researcher also discussed in the third chapter, the ways that the Holy Quran uses in achieving mental health through concentrating on the spirit and what is related to it such as the heart, feelings, and emotions as well as the concentration on the body and all what is related to it such as motives and how to control them, and concentrating on the mind including thinking, forgetfulness, and attention and individual differences.

The researcher also discusses the role of the Holy Quran's guidance in achieving mental health through taking into consideration the belief in God and in his destiny, following his religious orders, morals and social and psychological harmony.

الفهارس العامة

فهـــــــرس الآيـــات

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
17.	﴿ مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِي اسْتَوْقَدَ نَارًا ﴾	17	128 142
18.	﴿ صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لَا يَرْجِعُونَ﴾	18	128 204 142
19.	﴿ أَوْ كَصَيِّبٍ مِنَ السَّمَاءِ فِيهِ ظُلُمَاتٌ وَرَعْدٌ وَبَرْقٌ ﴾	19	12 142
20.	﴿يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَارَهُمْ ﴾	20	128 142
21.	﴿وَأَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا فَيَقُولُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلاً ﴾	26	116
22.	﴿ الَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ ﴾	27	116
23.	﴿وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ﴾	31	247
24.	﴿قَالُوا سُبْحَانَكَ لا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾	32	247
25.	﴿قَالَ يَا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ ﴾	33	247
26.	﴿ وَإِيَّايَ فَارْهَبُونِ﴾	40	241
27.	﴿أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ ﴾	44	153،56
28.	﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ﴾	45	271،52 285
29.	﴿ وَمَا ظَلَمُونَا وَلَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ﴾	57	285
30.	﴿وَسَنَزِيدُ الْمُحْسِنِينَ ﴾	58	172
31.	﴿وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ﴾	61	117
32.	﴿إِنَّهُ يَقُولُ إِنَّهَا بَقَرَةٌ صَفْرَاءُ فَاقِعٌ لَوْنُهَا تَسُرُّ النَّاظِرِينَ﴾	69	257
33.	﴿ وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْناً﴾	83	48 289،226،173
34.	﴿ وَقَالُوا قُلُوبُنَا غُلْفٌ﴾	88	193
35.	﴿ من كان عدوا لجبريل فإنه نزله على قلبك﴾	97	184
36.	﴿ مَنْ كَانَ عَدُوّاً لِلَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَرُسُلِهِ وَجِبْرِيلَ وَمِيكَالَ ﴾	98	221

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
37.	﴿ فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ ﴾	109	291
38.	﴿ بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ ﴾	112	228
39.	﴿ الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلاوَتِهِ أُولَئِكَ يُؤْمِنُونَ بِهِ﴾	121	188
40.	﴿ وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطاً﴾	143	159
41.	﴿ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ ﴾	148	174 219 225 228
42.	﴿فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلا تَكْفُرُونِ﴾	152	196 277
43.	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ ﴾	153	271 285
44.	﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ ﴾	155	210 285
45.	﴿الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُون ﴾	156	42
46.	﴿وَإِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ﴾	163	24
47.	﴿إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ ﴾	164	83
48.	﴿ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبّاً لِلَّهِ ﴾	165	108
49.	﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلالاً طَيِّباً﴾	168	207 221 223
50.	﴿ كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ ﴾	172	163 223
51.	﴿ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلا عَادٍ فَلا إِثْمَ عَلَيْهِ ﴾	173	226
52.	﴿لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ ﴾	177	55 283
53.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ ﴾	183	53 272
54.	﴿ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ ﴾	184	264
55.	﴿ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ ﴾	185	169
56.	﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ﴾	186	42 276،197

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
57.	﴿وكُلُوا واشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ ﴾	187	134 211
58.	﴿ وَلا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِين ﴾	190	151 221
59.	﴿ فَلا عُدْوَانَ إِلَّا عَلَى الظَّالِمِين ﴾	193	221
60.	﴿ فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ ﴾	194	221 226
61.	﴿وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِين ﴾	195	149 172
62.	﴿الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُومَاتٌ ﴾	197	56 274
63.	﴿ فَاذْكُرُوا اللَّهَ عِنْدَ الْمَشْعَرِ الْحَرَامِ ﴾	198	277
64.	﴿ فَاذْكُرُوا اللَّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءَكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْراً ﴾	200	57 277
65.	﴿رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً ﴾	201	162
66.	﴿وَيُشْهِدُ اللَّهَ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ ﴾	204	126
67.	﴿ وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الْفَسَادَ﴾	205	126
68.	﴿وَإِذَا قِيلَ لَهُ اتَّقِ اللَّهَ أَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْأِثْمِ ﴾	206	126
69.	﴿ حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصْرُ اللَّهِ ﴾	214	143
70.	﴿ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئاً وَهُوَ خَيْرٌ لَكُمْ ﴾	216	43 237،238
71.	﴿ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآياتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ ﴾	219	248
72.	﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِين ﴾	222	149
73.	﴿ نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ ﴾	223	224
74.	﴿فَإِمْسَاكٌ بِمَعْرُوفٍ أَوْ تَسْرِيحٌ بِإِحْسَانٍ ﴾	229	134 173
75.	﴿ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ﴾	232	138
76.	﴿حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلاةِ الْوُسْطَى ﴾	238	271
77.	﴿كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُون ﴾	242	248
78.	﴿ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ﴾	247	262 263
79.	﴿تِلْكَ الرُّسُلُ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ ﴾	253	262
80.	﴿ وَالْكَافِرُونَ هُمُ الظَّالِمُون ﴾	254	113 284

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
81.	﴿اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلا نَوْمٌ ﴾	255	24
82.	﴿ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ ﴾	261	145 283
83.	﴿وَمَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ﴾	265	144
84.	﴿ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآياتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ﴾	266	252
85.	﴿يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْراً كَثِيراً ﴾	269	263
86.	﴿ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ﴾	276	151
87.	﴿وَاتَّقُوا يَوْماً تُرْجَعُونَ فِيهِ إِلَى اللَّهِ ﴾	281	285
88.	﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ ﴾	285	22 101
	❖ سورة آل عمران		
89.	﴿اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ﴾	2	24
90.	﴿ فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ ﴾	7	193
91.	﴿ رَبَّنَا لا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا﴾	8	191
92.	﴿زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ ﴾	14	158 218 236
93.	﴿قُلْ أَؤُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكُمْ ﴾	15	158 164،224 236
94.	﴿ وَتُعِزُّ مَنْ تَشَاءُ وَتُذِلُّ مَنْ تَشَاءُ بِيَدِكَ الْخَيْرُ ﴾	26	268
95.	﴿وَيُحَذِّرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ﴾	28	7
96.	﴿ قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ ﴾	31	234
97.	﴿ فَإِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْكَافِرِينَ ﴾	32	151
98.	﴿ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ﴾	38	167،168 215
99.	﴿فَنَادَتْهُ الْمَلائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ ﴾	39	

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
100.	﴿ فَلَمَّا أَحَسَّ عِيسَى مِنْهُمُ الْكُفْرَ ﴾	52	200
101.	﴿ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ ﴾	57	151
102.	﴿قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ تَعَالَوْا إِلَى كَلِمَةٍ سَوَاءٍ بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ ﴾	64	115
103.	﴿لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ ﴾	92	77
104.	﴿فَمَنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ﴾	94	284
105.	﴿ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ ﴾	103	231
106.	﴿وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ ﴾	104	103
107.	﴿يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ ﴾	106	152
108.	﴿كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ ﴾	110	104
109.	﴿ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ﴾	126	41
110.	﴿وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ ﴾	133	149 175 219 287
111.	﴿ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ﴾	134	149 103 61 172 245 287
112.	﴿وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ ﴾	135	109 231 279 287
113.	﴿ أُولَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ ﴾	136	287
114.	﴿ قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ ﴾	137	202
115.	﴿ وَلا تَهِنُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴾	139	232
116.	﴿إِنْ يَمْسَسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مِثْلُهُ ﴾	140	42
117.	﴿وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ﴾	145	31 240
118.	﴿فَآتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ ﴾	148	26 41
119.	﴿ سَنُلْقِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ ﴾	151	190

الصفحة	رقم الآية	الآية الكريمة	م.
232	153	﴿ فَأَثَابَكُمْ غَمّاً بِغَمٍّ لِكَيْلا تَحْزَنُوا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا مَا أَصَابَكُمْ ﴾	.120
194	156	﴿ لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ﴾	.121
240	157	﴿ وَلَئِنْ قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ ﴾	.122
57،193،282،289	159	﴿فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ﴾	.123
41	160	﴿إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلا غَالِبَ لَكُمْ ﴾	.124
240	169	﴿ وَلا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتاً ﴾	.125
243 240	170	﴿ فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ﴾	.126
240 185	185	﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ﴾	.127
226	186	﴿وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾	.128
242	188	﴿ لا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَفْرَحُونَ بِمَا أَتَوْا وَيُحِبُّونَ أَنْ يُحْمَدُوا ﴾	.129
249 84	190	﴿ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ﴾	.130
252 84 83	191	﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ ﴾	.131
201	193	﴿ رَبَّنَا إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِياً يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا ﴾	.132
		❖ سورة النساء	
224 64	3	﴿فَانْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَثُلاثَ وَرُبَاعَ ﴾	.133
238 169 72	19	﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾	.134
228	27	﴿ وَيُرِيدُ الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الشَّهَوَاتِ أَنْ تَمِيلُوا مَيْلاً عَظِيماً﴾	.135
207	29	﴿ وَلا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيماً﴾	.136
136 106 73	34	﴿فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ	.137

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	اللَّهُ ﴾		
138.	﴿إِنْ يُرِيدَا إِصْلاحاً يُوَفِّقِ اللَّهُ بَيْنَهُمَا ﴾	35	288
139.	﴿وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئاً ﴾	36	67،76،77،78،79، 151
140.	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَقْرَبُوا الصَّلاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى ﴾	43	249 208،214
141.	﴿ وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ ﴾	58	284 107 106
142.	﴿ إِنْ أَرَدْنَا إِلَّا إِحْسَاناً وَتَوْفِيقاً﴾	62	289
143.	﴿ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلاً بَلِيغاً﴾	63	137
144.	﴿وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ ﴾	69	14
145.	﴿ فَلْيُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا بِالْآخِرَةِ ﴾	74	240
146.	﴿أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ ﴾	82	248
147.	﴿ لَعَلِمَهُ الَّذِينَ يَسْتَنْبِطُونَهُ مِنْهُمْ﴾	83	250
148.	﴿وَإِذَا حُيِّيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا ﴾	86	174
149.	﴿ فَضَّلَ اللَّهُ الْمُجَاهِدِينَ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ عَلَى الْقَاعِدِينَ دَرَجَةً ﴾	95	264
150.	﴿فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِكُمْ ﴾	103	278
151.	﴿ إِنْ تَكُونُوا تَأْلَمُونَ فَإِنَّهُمْ يَأْلَمُونَ كَمَا تَأْلَمُونَ﴾	104	232
152.	﴿ إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ مَنْ كَانَ خَوَّاناً أَثِيماً﴾	107	151
153.	﴿ فَلا تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ فَتَذَرُوهَا كَالْمُعَلَّقَةِ ﴾	129	228
154.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالْكِتَابِ	136	101

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	الَّذِي نَزَّلَ ﴾		
155.	﴿بَشِّرِ الْمُنَافِقِينَ بِأَنَّ لَهُمْ عَذَاباً أَلِيماً﴾	138	121
156.	﴿ أَيَبْتَغُونَ عِنْدَهُمُ الْعِزَّةَ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعاً﴾	139	121
157.	﴿ فَلا تَقْعُدُوا مَعَهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ ﴾	140	121
158.	﴿ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاؤُونَ النَّاسَ﴾	142	121 189
159.	﴿مُذَبْذَبِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لا إِلَى هَؤُلاءِ وَلا إِلَى هَؤُلاءِ﴾	143	118
160.	﴿إِنَّ الَّذِينَ يَكْفُرُونَ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيُرِيدُونَ أَنْ يُفَرِّقُوا بَيْنَ اللَّهِ وَرُسُلِهِ ﴾	150	117
161.	﴿أُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ حَقّاً وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَاباً مُهِيناً﴾	151	112
162.	﴿ وكلمته ألقاها إلى مريم وروح منه ﴾	171	185
	❖ سورة المائدة		
163.	﴿ وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى ﴾	2	103 221 179 289
164.	﴿ وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلامَ دِيناً ﴾	3	170 207 241
165.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلاةِ ﴾	6	64 208
166.	﴿ فَبِمَا نَقْضِهِمْ مِيثَاقَهُمْ لَعَنَّاهُمْ وَجَعَلْنَا قُلُوبَهُمْ قَاسِيَةً ﴾	13	193
167.	﴿ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ ﴾	27	222
168.	﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ ﴾	30	11 222
169.	﴿مِنْ أَجْلِ ذَلِكَ كَتَبْنَا عَلَى بَنِي إِسْرائيلَ ﴾	32	7
170.	﴿ وَالسَّارِقُ وَالسَّارِقَةُ فَاقْطَعُوا أَيْدِيَهُمَا ﴾	38	132
171.	﴿ الَّذِينَ قَالُوا آمَنَّا بِأَفْوَاهِهِمْ وَلَمْ تُؤْمِنْ قُلُوبُهُمْ ﴾	41	190
172.	﴿ وَإِنْ حَكَمْتَ فَاحْكُمْ بَيْنَهُمْ بِالْقِسْطِ ﴾	42	158

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
173.	﴿وَمَنْ لَمْ يَحْكُمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُون ﴾	44	114
174.	﴿فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَات﴾	48	174
175.	﴿ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ حُكْماً لِقَوْمٍ يُوقِنُون ﴾	50	114 172
176.	﴿ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ ﴾	54	282
177.	﴿ إِنَّمَا وَلِيُّكُمُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَالَّذِينَ آمَنُوا ﴾	55	197 220 225
178.	﴿ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الْمُفْسِدِين ﴾	64	151
179.	﴿ لا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ ﴾	89	134 211
180.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلامُ رِجْسٌ ﴾	90	249
181.	﴿ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاء ﴾	91	238
182.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَقْتُلُوا الصَّيْدَ وَأَنْتُمْ حُرُمٌ﴾	95	135
183.	﴿قُلْ لا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ ﴾	100	143
184.	﴿ تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي وَلا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِك ﴾	116	7
185.	﴿قَالَ اللَّهُ هَذَا يَوْمُ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ ﴾	119	283
	❖ سورة الأنعام		
186.	﴿ قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيم﴾	15	240
187.	﴿وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِباً أَوْ كَذَّبَ بِآيَاتِه ﴾	21	284
188.	﴿ وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ ﴾	25	194
189.	﴿ وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلا تَعْقِلُون ﴾	32	248
190.	﴿ مَا فَرَّطْنَا فِي الْكِتَابِ مِنْ شَيْءٍ﴾	38	34
191.	﴿فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ ﴾	44	260

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
192.	﴿فَقُلْ سَلامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ﴾	54	232
193.	﴿ قُلْ مَنْ يُنَجِّيكُمْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعاً وَخُفْيَةً ﴾	63	218
194.	﴿وَإِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ لِأَبِيهِ آزَرَ أَتَتَّخِذُ أَصْنَامًا آلِهَةً ﴾	74	113 217
195.	﴿وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ﴾	75	217
196.	﴿فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي ﴾	76	217
197.	﴿ فَلَمَّا رَأَى الْقَمَرَ بَازِغًا قَالَ هَذَا رَبِّي ﴾	77	217
198.	﴿فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بَازِغَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا أَكْبَرُ ﴾	78	217
199.	﴿إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا ﴾	79	217 228
200.	﴿وَحَاجَّهُ قَوْمُهُ قَالَ أَتُحَاجُّونِّي فِي اللَّهِ وَقَدْ هَدَانِ ﴾	80	217
201.	﴿ فَأَيُّ الْفَرِيقَيْنِ أَحَقُّ بِالْأَمْنِ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾	81	217
202.	﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ ﴾	82	28 217
203.	﴿أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهُدَاهُمُ اقْتَدِهْ ﴾	90	152
204.	﴿ أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمُ﴾	93	185
205.	﴿ إِنَّ اللَّهَ فَالِقُ الْحَبِّ وَالنَّوَى يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَمُخْرِجُ الْمَيِّتِ مِنَ الْحَيِّ ﴾	95	86
206.	﴿فَالِقُ الْإِصْبَاحِ وَجَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ حُسْبَانًا ﴾	96	86
207.	﴿ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ النُّجُومَ لِتَهْتَدُوا بِهَا فِي ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ ﴾	97	86
208.	﴿وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ فَمُسْتَقَرٌّ وَمُسْتَوْدَعٌ ﴾	98	86 248

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
209.	﴿وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ ﴾	99	85 86
210.	﴿لا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾	103	254
211.	﴿ وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوّاً شَيَاطِينَ الْأِنْسِ وَالْجِنِّ ﴾	112	221
212.	﴿أَوَمَنْ كَانَ مَيْتاً فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُوراً يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ ﴾	122	41 261
213.	﴿فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلإِسْلامِ ﴾	125	28
214.	﴿وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾	141	85 118 151 207
215.	﴿ وَمِنَ الْأَنْعَامِ حَمُولَةً وَفَرْشاً كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ ﴾	142	207
216.	﴿ وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ مِنْ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ ﴾	151	241
217.	﴿وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيماً فَاتَّبِعُوهُ ﴾	153	177
218.	﴿ قُلْ إِنَّنِي هَدَانِي رَبِّي إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ دِيناً قِيَماً ﴾	161	224
219.	﴿ قُلْ إِنَّ صَلاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾	162	224
220.	﴿لا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِين ﴾	163	21 224
	❖ سورة الأعراف		
221.	﴿وكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِين﴾	31	62 207 223 161
222.	﴿ قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّيَ الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَالْأِثْمَ وَالْبَغْيَ ﴾	33	226

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
223.	﴿ فَالْيَوْمَ نَنْسَاهُمْ كَمَا نَسُوا لِقَاءَ يَوْمِهِمْ هَذَا ﴾	51	260
224.	﴿إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ﴾	54	24
225.	﴿ ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعاً وَخُفْيَةً﴾	55	197
226.	﴿إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ ﴾	56	171 172
227.	﴿ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ ﴾	59	33 186
228.	﴿وَإِلَى عَادٍ أَخَاهُمْ هُوداً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ﴾	65	33
229.	﴿ أُبَلِّغُكُمْ رِسَالاتِ رَبِّي وَأَنَا لَكُمْ نَاصِحٌ أَمِينٌ﴾	68	291
230.	﴿وَإِلَى ثَمُودَ أَخَاهُمْ صَالِحاً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ﴾	73	33
231.	﴿ وَقَالَ يَا قَوْمِ لَقَدْ أَبْلَغْتُكُمْ رِسَالَةَ رَبِّي وَنَصَحْتُ لَكُمْ ﴾	79	291
232.	﴿وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ﴾	85	33
233.	﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ﴾	96	30
234.	﴿ قَالَ سَنُقَتِّلُ أَبْنَاءَهُمْ وَنَسْتَحْيِي نِسَاءَهُمْ وَإِنَّا فَوْقَهُمْ قَاهِرُونَ ﴾	127	118
235.	﴿ قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ اسْتَعِينُوا بِاللَّهِ وَاصْبِرُوا ﴾	128	286
236.	﴿ وَلَمَّا رَجَعَ مُوسَى إِلَى قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفاً ﴾	150	244
237.	﴿ قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَلِأَخِي وَأَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ﴾	151	244
238.	﴿وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا ﴾	153	280
239.	﴿ وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ فَسَأَكْتُبُهَا لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ ﴾	156	268

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
240.	﴿ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ﴾	157	226 207
241.	﴿فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ أَنْجَيْنَا الَّذِينَ يَنْهَوْنَ عَنِ السُّوءِ ﴾	165	260
242.	الأعراف: ﴿ وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ ﴾	172	218
243.	﴿ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ﴾	176	253 145
244.	﴿ لَهُمْ قُلُوبٌ لا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾	179	248 190
245.	﴿وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى فَادْعُوهُ بِهَا وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي أَسْمَائِهِ ﴾	180	25
246.	﴿ وَلَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لَاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَمَا مَسَّنِيَ السُّوءُ ﴾	188	235
247.	﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾	189	71
248.	﴿خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ ﴾	199	61
249.	﴿إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ ﴾	201	13
250.	﴿ وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴾	204	256 201
	❖ سورة الأنفال		
251.	﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ ﴾	2	191 102 36 196
252.	﴿الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ﴾	3	102 36
253.	﴿ أُولَئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ﴾	4	36

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
254.	﴿ كَمَا أَخْرَجَكَ رَبُّكَ مِنْ بَيْتِكَ بِالْحَقِّ وَإِنَّ فَرِيقاً مِنَ الْمُؤْمِنِينَ لَكَارِهُون ﴾	5	237
255.	﴿ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾	10	41
256.	﴿إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لا يَعْقِلُون ﴾	22	249
257.	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ ﴾	27	284
258.	﴿إِذْ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ غَرَّ هَؤُلاءِ دِينُهُمْ﴾	49	119
259.	﴿ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾	53	98 131
260.	﴿وَإِمَّا تَخَافَنَّ مِنْ قَوْمٍ خِيَانَةً فَانْبِذْ إِلَيْهِمْ عَلَى سَوَاءٍ ﴾	58	116 151
261.	﴿ وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ ﴾	63	190 192 231 235
262.	﴿ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفاً مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا يَفْقَهُونَ﴾	65	286
	❖ سورة التوبة		
263.	﴿اشْتَرَوْا بِآيَاتِ اللَّهِ ثَمَناً قَلِيلاً فَصَدُّوا عَنْ سَبِيلِهِ إِنَّهُمْ سَاءَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾	9	117
264.	﴿لا يَرْقُبُونَ فِي مُؤْمِنٍ إِلّاً وَلا ذِمَّةً وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُعْتَدُون ﴾	10	117
265.	﴿ وَيُذْهِبْ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ ﴾	15	192
266.	﴿ إِنَّ اللَّهَ لا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِين ﴾	20	172
267.	﴿ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا ﴾	24	220 230 234

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
268.	﴿وَقَالَتِ الْيَهُودُ عُزَيْرٌ ابْنُ اللَّهِ وَقَالَتِ النَّصَارَى الْمَسِيحُ ابْنُ اللَّهِ ﴾	30	114
269.	﴿ وَالَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلا يُنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ﴾	34	118
270.	﴿ إِنَّمَا يَسْتَأْذِنُكَ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ﴾	45	193
271.	﴿ قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلانَا ﴾	51	269
272.	﴿وَمَا مَنَعَهُمْ أَنْ تُقْبَلَ مِنْهُمْ نَفَقَاتُهُمْ إِلَّا أَنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ وَبِرَسُولِهِ ﴾	54	121
273.	﴿لَوْ يَجِدُونَ مَلْجَأً أَوْ مَغَارَاتٍ أَوْ مُدَّخَلاً لَوَلَّوْا إِلَيْهِ وَهُمْ يَجْمَحُون ﴾	57	124
274.	﴿ وَالْمُؤَلَّفَةِ قُلُوبُهُمْ ﴾	60	194
275.	﴿يَحْذَرُ الْمُنَافِقُونَ أَنْ تُنَزَّلَ عَلَيْهِمْ سُورَةٌ تُنَبِّئُهُمْ بِمَا فِي قُلُوبِهِمْ ﴾	64	123
276.	﴿وَلَئِنْ سَأَلْتَهُمْ لَيَقُولُنَّ إِنَّمَا كُنَّا نَخُوضُ وَنَلْعَبُ ﴾	65	120
277.	﴿الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ بَعْضُهُمْ مِنْ بَعْضٍ ﴾	67	122 260
278.	﴿وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ ﴾	71	103
279.	﴿يَحْلِفُونَ بِاللَّهِ مَا قَالُوا وَلَقَدْ قَالُوا كَلِمَةَ الْكُفْرِ وَكَفَرُوا بَعْدَ إِسْلامِهِمْ﴾	74	119
280.	﴿وَمِنْهُمْ مَنْ عَاهَدَ اللَّهَ لَئِنْ آتَانَا مِنْ فَضْلِهِ لَنَصَّدَّقَنَّ وَلَنَكُونَنَّ مِنَ الصَّالِحِينَ﴾	75	122
281.	﴿فَلَمَّا آتَاهُمْ مِنْ فَضْلِهِ بَخِلُوا بِهِ وَتَوَلَّوْا وَهُمْ مُعْرِضُونَ﴾	76	122
282.	﴿فَأَعْقَبَهُمْ نِفَاقاً فِي قُلُوبِهِمْ إِلَى يَوْمِ يَلْقَوْنَهُ ﴾	77	122 194
283.	﴿الَّذِينَ يَلْمِزُونَ الْمُطَّوِّعِينَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فِي الصَّدَقَاتِ ﴾	78	122

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
284.	﴿ فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلافَ رَسُولِ اللَّهِ وَكَرِهُوا أَنْ يُجَاهِدُوا ﴾	81	242
285.	﴿وَالسَّابِقُونَ الْأَوَّلُونَ مِنَ الْمُهَاجِرِينَ وَالْأَنْصَارِ ﴾	100	15 169
286.	﴿وَآخَرُونَ اعْتَرَفُوا بِذُنُوبِهِمْ خَلَطُوا عَمَلاً صَالِحاً وَآخَرَ سَيِّئاً﴾	102	11
287.	﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ﴾	103	54 273 283
288.	﴿وَالَّذِينَ اتَّخَذُوا مَسْجِداً ضِرَاراً وَكُفْراً وَتَفْرِيقاً بَيْنَ الْمُؤْمِنِينَ ﴾	107	125
289.	﴿أَفَمَنْ أَسَّسَ بُنْيَانَهُ عَلَى تَقْوَى مِنَ اللَّهِ ﴾	109	74
290.	﴿ لا يَزَالُ بُنْيَانُهُمُ الَّذِي بَنَوْا رِيبَةً فِي قُلُوبِهِمْ﴾	110	194
291.	﴿إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ ﴾	111	56
292.	﴿ التَّائِبُونَ الْعَابِدُونَ الْحَامِدُونَ السَّائِحُونَ الرَّاكِعُونَ السَّاجِدُونَ ﴾	112	56
293.	﴿ إِنَّ إِبْرَاهِيمَ لَأَوَّاهٌ حَلِيمٌ ﴾	114	106
294.	﴿ ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ ﴾	118	243
295.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ ﴾	119	59 283
296.	﴿ فَلَوْلا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ ﴾	122	249
297.	﴿ ثُمَّ انْصَرَفُوا صَرَفَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ ﴾	127	194
	❖ سورة يونس		
298.	﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسَ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُوراً وَقَدَّرَهُ مَنَازِلَ ﴾	5	91
299.	﴿ وَإِذَا مَسَّ الْأِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنْبِهِ أَوْ قَاعِداً	12	189

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	أَوْ قَائماً ﴾		
300.	﴿ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ﴾	15	240
301.	﴿ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ ﴾	22	218
302.	﴿ حَتَّى إِذَا أَخَذَتِ الْأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ ﴾	24	253 248 144
303.	﴿إِنَّ اللَّهَ لا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئاً وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ﴾	44	285
304.	﴿ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ﴾	57	196 136 29 266
305.	﴿ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُون ﴾	58	243 29
306.	﴿ثُمَّ بَعَثْنَا مِنْ بَعْدِهِمْ مُوسَى وَهَارُونَ إِلَى فِرْعَوْنَ وَمَلَأِه بِآيَاتِنَا ﴾	75	118
307.	﴿ وَإِنَّ فِرْعَوْنَ لَعَالٍ فِي الْأَرْضِ وَإِنَّهُ لَمِنَ الْمُسْرِفِين ﴾	83	118
308.	﴿ رَبَّنَا اطْمِسْ عَلَى أَمْوَالِهِمْ وَاشْدُدْ عَلَى قُلُوبِهِمْ﴾	88	194
309.	﴿ فَأَتْبَعَهُمْ فِرْعَوْنُ وَجُنُودُهُ بَغْياً وَعَدْواً ﴾	90	213 118
310.	﴿ قُلِ انْظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ﴾	101	247
	❖ سورة هود		
311.	﴿وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعاً حَسَناً ﴾	3	278
312.	﴿وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا﴾	6	30
313.	﴿مَثَلُ الْفَرِيقَيْنِ كَالْأَعْمَى وَالْأَصَمِّ وَالْبَصِيرِ وَالسَّمِيعِ﴾	24	204

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
314.	﴿ وَحَالَ بَيْنَهُمَا الْمَوْجُ فَكَانَ مِنَ الْمُغْرَقِينَ ﴾	43	213
315.	﴿وَنَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي ﴾	45	216 229
316.	﴿وَإِلَى عَادٍ أَخَاهُمْ هُوداً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ﴾	50	33
317.	﴿وَيَا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ ﴾	52	278
318.	﴿هُوَ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا ﴾	61	33 82
319.	﴿وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ﴾	84	33
320.	﴿ وَمَا أُرِيدُ أَنْ أُخَالِفَكُمْ إِلَى مَا أَنْهَاكُمْ عَنْهُ ﴾	88	153 179
321.	﴿ فَأَمَّا الَّذِينَ شَقُوا فَفِي النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ﴾	106	213
322.	﴿إِنَّ رَبَّكَ فَعَّالٌ لِمَا يُرِيدُ﴾	107	268
323.	﴿ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ﴾	114	52 271
324.	﴿وَاصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ ﴾	115	172
325.	﴿وَكُلّاً نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ الرُّسُلِ مَا نُثَبِّتُ بِهِ فُؤَادَكَ ﴾	120	138 256
	❖ سورة يوسف		
326.	﴿إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ قُرْآناً عَرَبِيّاً لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴾	2	248
327.	﴿نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ ﴾	3	139 172
328.	﴿ وَكَذَلِكَ يَجْتَبِيكَ رَبُّكَ وَيُعَلِّمُكَ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ ﴾	6	203
329.	﴿ إِذْ قَالُوا لَيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَى أَبِينَا مِنَّا ﴾	8	235
330.	﴿ قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذِّئْبُ وَأَنْتُمْ عَنْهُ غَافِلُونَ ﴾	13	229
331.	﴿ فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ﴾	18	42
332.	﴿ وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ وَلِنُعَلِّمَهُ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ﴾	21	203

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
333.	﴿ آتَيْنَاهُ حُكْماً وَعِلْماً وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِين ﴾	22	172
334.	﴿وَرَاوَدَتْهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَغَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ ﴾	23	153
335.	﴿ امْرَأَتُ الْعَزِيزِ تُرَاوِدُ فَتَاهَا عَنْ نَفْسِهِ قَدْ شَغَفَهَا حُبّاً ﴾	30	236
336.	﴿ أَفْتُونِي فِي رُؤْيَايَ إِنْ كُنْتُمْ لِلرُّؤْيَا تَعْبُرُون ﴾	43	204
337.	﴿ يُوسُفُ أَيُّهَا الصِّدِّيقُ أَفْتِنَا فِي سَبْعِ بَقَرَاتٍ سِمَانٍ ﴾	46	204
338.	﴿ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأَبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُنْبُلِهِ ﴾	47	204
339.	﴿ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ سَبْعٌ شِدَادٌ يَأْكُلْنَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُنَّ ﴾	48	204
340.	﴿ ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْصِرُونَ﴾	49	204
341.	﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ ﴾	53	185 9
342.	﴿قَالَ اجْعَلْنِي عَلَى خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ﴾	55	176
343.	﴿ وَلَمَّا دَخَلُوا عَلَى يُوسُفَ آوَى إِلَيْهِ أَخَاهُ قَالَ إِنِّي أَنَا أَخُوكَ ﴾	69	230
344.	﴿ إِنَّا نَرَاكَ مِنَ الْمُحْسِنِين ﴾	78	171
345.	﴿ وَابْيَضَّتْ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ﴾	82	232
346.	﴿ قَالَ إِنَّمَا أَشْكُو بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴾	86	232 204
347.	﴿وَلا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ ﴾	87	204 168 109 229
348.	﴿قَالَ لا تَثْرِيبَ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ يَغْفِرُ اللَّهُ لَكُمْ وَهُوَ	92	153

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	أَرْحَمُ الرَّاحِمِين ﴾		
349.	﴿ وَلَمَّا فَصَلَتِ الْعِيرُ قَالَ أَبُوهُمْ إِنِّي لَأَجِدُ رِيحَ يُوسُفَ لَوْلَا أَنْ تُفَنِّدُونِ﴾	94	204
350.	﴿قَالُوا تَاللَّهِ إِنَّكَ لَفِي ضَلَالِكَ الْقَدِيمِ﴾	95	204
351.	﴿ فَلَمَّا أَنْ جَاءَ الْبَشِيرُ أَلْقَاهُ عَلَى وَجْهِهِ فَارْتَدَّ ﴾	96	168 204
352.	﴿ وَقَالَ يَا أَبَتِ هَذَا تَأْوِيلُ رُؤْيَايَ مِنْ قَبْلُ ﴾	100	269 204
353.	﴿رَبِّ قَدْ آتَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ ﴾	101	203
354.	﴿وَكَأَيِّنْ مِنْ آيَةٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ يَمُرُّونَ عَلَيْهَا وَهُمْ عَنْهَا مُعْرِضُونَ ﴾	105	85
355.	﴿لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴾	111	138
	❖ سورة الرعد		
356.	﴿ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ﴾	3	252 214
357.	﴿ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴾	4	85،249
358.	﴿ وَإِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ لِلنَّاسِ عَلَى ظُلْمِهِمْ وَإِنَّ رَبَّكَ لَشَدِيدُ الْعِقَابِ﴾	6	151
359.	﴿ إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾	1	131 98
360.	﴿أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِهَا فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَداً رَابِياً ﴾	17	146
361.	﴿الَّذِينَ يُوفُونَ بِعَهْدِ اللَّهِ وَلا يَنْقُضُونَ الْمِيثَاقَ ﴾	20	107
362.	﴿ وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ ﴾	21	290
363.	﴿ أُولَئِكَ لَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ ﴾	25	116
364.	﴿ وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا ﴾	26	242
365.	﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ ﴾	28	33،38،102 14 196 192،194

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
			277 261
366.	﴿مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعِدَ الْمُتَّقُونَ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ﴾	35	144
367.	﴿وَالَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَفْرَحُونَ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْك ﴾	36	243
368.	﴿ لِكُلِّ أَجَلٍ كِتَابٌ﴾	38	31
	❖ سورة إبراهيم		
369.	﴿ وَلَنُسْكِنَنَّكُمُ الْأَرْضَ مِنْ بَعْدِهِمْ ذَلِكَ لِمَنْ خَافَ مَقَامِي وَخَافَ وَعِيدِ﴾	14	241
370.	﴿مَثَلُ الَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ أَعْمَالُهُمْ كَرَمَادٍ﴾	18	143
371.	﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً ﴾	33	82
372.	﴿ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لا تُحْصُوهَا﴾	34	247
373.	﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ ﴾	39	216 168
374.	﴿رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ﴾	40	271
375.	﴿ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ﴾	42	241
376.	﴿ مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُؤُوسِهِمْ لا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ ﴾	43	241
377.	﴿هَذَا بَلاغٌ لِلنَّاسِ وَلِيُنْذَرُوا بِهِ ﴾	52	259
	❖ سورة الحجر		
378.	﴿ كَذَلِكَ نَسْلُكُهُ فِي قُلُوبِ الْمُجْرِمِينَ ﴾	12	193
379.	﴿وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَراً مِنْ صَلْصَالٍ مِنْ حَمَأٍ مَسْنُونٍ﴾	28	39
380.	﴿ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴾	29	185 39

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
381.	﴿وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غِلٍّ إِخْوَاناً عَلَى سُرُرٍ مُتَقَابِلِين ﴾	47	59
382.	﴿نَبِّئْ عِبَادِي أَنِّي أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾	49	41 162
383.	﴿ وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ الْعَذَابُ الْأَلِيمُ﴾	50	162
384.	﴿قَالُوا لا تَوْجَلْ إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلامٍ عَلِيمٍ﴾	53	168
385.	﴿فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيل ﴾	85	60 245
386.	﴿ وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِينَ﴾	88	290
387.	﴿ وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ﴾	97	233
388.	﴿فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِين ﴾	98	57 233
389.	﴿ وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ﴾	99	233
	❖ سورة النحل		
390.	﴿يُنَزِّلُ الْمَلائِكَةَ بِالرُّوحِ مِنْ أَمْرِهِ عَلَى مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ ﴾	2	21
391.	﴿وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ﴾	6	87
392.	﴿ وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَى بَلَدٍ لَمْ تَكُونُوا بَالِغِيهِ إِلَّا بِشِقِّ الْأَنْفُسِ ﴾	7	87
393.	﴿ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾	11	252
394.	﴿وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومُ مُسَخَّرَاتٌ بِأَمْرِهِ ﴾	12	84
395.	﴿وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْماً طَرِيّاً ﴾	14	88
396.	﴿ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لا تُحْصُوهَا ﴾	18	247
397.	﴿ فَالَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُنْكِرَةٌ ﴾	22	193
398.	﴿ إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِين ﴾	23	151
399.	﴿ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَلَدَارُ	30	41

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	ولَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ﴾		
415.	﴿ إِنَّمَا يَفْتَرِي الْكَذِبَ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْكَاذِبُون ﴾	105	116
416.	﴿ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ ﴾	112	210
417.	﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ﴾	125	137
418.	﴿ ولا تك في ضيق مما يمكرون﴾	127	41
	❖ سورة الإسراء		
419.	﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ ﴾	9	131 35
420.	﴿وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً ﴾	23	70 69 68
421.	﴿رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمْ إِنْ تَكُونُوا صَالِحِينَ فَإِنَّهُ كَانَ لِلْأَوَّابِينَ غَفُوراً﴾	25	13
422.	﴿وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَى عُنُقِكَ وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ ﴾	29	282 161 143
423.	﴿ وَلا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ﴾	31	241
424.	﴿ وَأَوْفُوا بِالْعَهْدِ إِنَّ الْعَهْدَ كَانَ مَسْؤُولاً﴾	34	107
425.	﴿وَلا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ ﴾	36	200 51 47 201
426.	﴿ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً ﴾	37	281 107
427.	﴿تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَاوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ﴾	44	90
428.	﴿وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ﴾	53	226 173 72 289
429.	﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ﴾	70	247 186 1
430.	﴿أَقِمِ الصَّلاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ	78	272

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	وَقُرْآنَ الْفَجْرِ ﴾		
431.	﴿وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَكَ عَسَى أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَاماً مَحْمُوداً﴾	79	272
432.	﴿وَقُلْ جَاءَ الْحَقُّ وَزَهَقَ الْبَاطِلُ إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقاً﴾	81	43
433.	﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴾	82	196 207 266 275
434.	﴿ قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ﴾	84	143
435.	﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي﴾	85	184
436.	﴿ قَادِرٌ عَلَى أَنْ يَخْلُقَ مِثْلَهُمْ ﴾	99	202
437.	﴿إِذاً لَأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ الْأِنْفَاقِ وَكَانَ الْأِنْسَانُ قَتُوراً﴾	100	219 282
438.	﴿ وَلا تَجْهَرْ بِصَلاتِكَ وَلا تُخَافِتْ بِهَا وَابْتَغِ بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلاً﴾	110	143 159
	❖ سورة الكهف		
439.	﴿ وَاذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ ﴾	24	261
440.	﴿ وَحَفَفْنَاهُمَا بِنَخْلٍ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُمَا زَرْعًا ﴾	32	140
441.	﴿كِلْتَا الْجَنَّتَيْنِ آتَتْ أُكُلَهَا وَلَمْ تَظْلِمْ مِنْهُ شَيْئًا ﴾	33	140
442.	﴿وَكَانَ لَهُ ثَمَرٌ فَقَالَ لِصَاحِبِهِ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَنَا أَكْثَرُ مِنْكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا ﴾	34	140
443.	﴿ وَدَخَلَ جَنَّتَهُ وَهُوَ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ قَالَ مَا أَظُنُّ أَنْ تَبِيدَ هَذِهِ أَبَدًا ﴾	35	140
444.	﴿وَمَا أَظُنُّ السَّاعَةَ قَائِمَةً وَلَئِنْ رُدِدْتُ إِلَى رَبِّي لَأَجِدَنَّ خَيْرًا مِنْهَا مُنْقَلَبًا ﴾	36	140
445.	﴿ قَالَ لَهُ صَاحِبُهُ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَكَفَرْتَ بِالَّذِي خَلَقَكَ مِنْ تُرَابٍ ﴾	37	140
446.	﴿لَكِنَّا هُوَ اللَّهُ رَبِّي وَلَا أُشْرِكُ بِرَبِّي أَحَدًا﴾	38	140

الصفحة	رقم الآية	الآية الكريمة	م.
140	39	﴿وَلَوْلَا إِذْ دَخَلْتَ جَنَّتَكَ قُلْتَ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ ﴾	.447
140	40	﴿فَعَسَى رَبِّي أَنْ يُؤْتِيَنِ خَيْرًا مِنْ جَنَّتِكَ ﴾	.448
140	41	﴿ أَوْ يُصْبِحَ مَاؤُهَا غَوْرًا فَلَنْ تَسْتَطِيعَ لَهُ طَلَبًا﴾	.449
140	42	﴿ وَأُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَى مَا أَنْفَقَ فِيهَا ﴾	.450
140	43	﴿وَلَمْ تَكُنْ لَهُ فِئَةٌ يَنْصُرُونَهُ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَمَا كَانَ مُنْتَصِرًا ﴾	.451
140	44	﴿ هُنَالِكَ الْوَلَايَةُ لِلَّهِ الْحَقِّ هُوَ خَيْرٌ ثَوَابًا وَخَيْرٌ عُقْبًا﴾	.452
145	45	﴿وَاضْرِبْ لَهُمْ مَثَلَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ ﴾	.453
219	46	﴿ الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا﴾	.454
260	63	﴿ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنْسَانِيهُ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ﴾	.455
30	98	﴿قَالَ هَذَا رَحْمَةٌ مِنْ رَبِّي فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ رَبِّي جَعَلَهُ دَكَّاءَ وَكَانَ وَعْدُ رَبِّي حَقّاً﴾	.456
197	110	﴿ وَلا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَداً﴾	.457
		❖ سورة مريم	
167	4	﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْباً وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيّاً﴾	.458
167	5	﴿وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِراً فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيّاً﴾	.459
167	6	﴿يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ وَاجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيّاً﴾	.460
216 168	7	﴿ يازَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى ﴾	.461

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
462.	﴿وَبَرّاً بِوَالِدَيْهِ وَلَمْ يَكُنْ جَبَّاراً عَصِيّاً﴾	14	71
463.	﴿وَبَرّاً بِوَالِدَتِي وَلَمْ يَجْعَلْنِي جَبَّاراً شَقِيّاً﴾	32	71
464.	﴿وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّهُ كَانَ صِدِّيقًا نَبِيًّا﴾	41	257
465.	﴿ إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ لِمَ تَعْبُدُ مَا لَا يَسْمَعُ وَلَا يُبْصِرُ وَلَا يُغْنِي عَنْكَ شَيْئًا﴾	42	257
466.	﴿ يَا أَبَتِ إِنِّي قَدْ جَاءَنِي مِنَ الْعِلْمِ مَا لَمْ يَأْتِكَ فَاتَّبِعْنِي أَهْدِكَ صِرَاطًا سَوِيًّا﴾	43	229 257
467.	﴿ يَا أَبَتِ لا تَعْبُدِ الشَّيْطَانَ إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِلرَّحْمَنِ عَصِيّاً ﴾	44	229 257
468.	﴿يَا أَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِنَ الرَّحْمَنِ ﴾	45	229 257
469.	﴿يأَبَتِ إِنِّي أَخَافُ أَنْ يَمَسَّكَ عَذَابٌ مِنَ الرَّحْمَنِ﴾	46	229
470.	﴿وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ إِسْمَاعِيلَ ﴾	54	108
471.	﴿ وَكَمْ أَهْلَكْنَا قَبْلَهُمْ مِنْ قَرْنٍ هَلْ تُحِسُّ مِنْهُمْ مِنْ أَحَدٍ أَوْ تَسْمَعُ لَهُمْ رِكْزاً﴾	98	201
	❖ سورة طه		
472.	﴿اللَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى﴾	8	25
473.	﴿اذْهَبْ إِلَى فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَى﴾	24	118
474.	﴿ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي﴾	26	180
475.	﴿ وَاجْعَلْ لِي وَزِيراً مِنْ أَهْلِي﴾	29	229
476.	﴿هَارُونَ أَخِي﴾	30	229
477.	﴿اشْدُدْ بِهِ أَزْرِي﴾	31	229
478.	﴿وَأَشْرِكْهُ فِي أَمْرِي﴾	32	229
479.	﴿ فَقُولا لَهُ قَوْلا لَيِّنًا لَعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى ﴾	44	174
480.	﴿ قَالَ يَا ابْنَ أُمَّ لا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلا بِرَأْسِي﴾	94	229 244
481.	﴿كَذَلِكَ نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ مَا قَدْ سَبَقَ وَقَدْ	99	256

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	أَرْحَمُ الرَّاحِمِين ﴾		
499.	﴿فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرٍّ ﴾	84	168
500.	﴿ وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِباً فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ ﴾	87	168 233 276
501.	﴿ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِين ﴾	88	168 233 276
502.	﴿ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَباً وَرَهَباً ﴾	90	147
503.	﴿ إِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاعْبُدُونِ﴾	92	220
	❖ سورة الحج		
504.	﴿يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ ﴾	2	239
505.	﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يَسْجُدُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ ﴾	18	89 202
506.	﴿وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ﴾	34	102
507.	﴿ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ﴾	35	102
508.	﴿ وَمَنْ يُعَظِّمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ﴾	32	191 196
509.	﴿إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ خَوَّانٍ كَفُورٍ﴾	38	151
510.	﴿ الَّذِينَ إِنْ مَكَّنَّاهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلاةَ ﴾	41	104 271
511.	﴿ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾	46	190 193
512.	﴿ لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ وَالْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ﴾	53	193
513.	﴿ وَإِنَّ اللَّهَ لَهَادِ الَّذِينَ آمَنُوا إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾	54	192
514.	﴿ أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَتُصْبِحُ الْأَرْضُ مُخْضَرَّةً ﴾	63	203
515.	﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ وَالْفُلْكَ﴾	65	203
516.	﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ ضُرِبَ مَثَلٌ فَاسْتَمِعُوا لَهُ ﴾	73	145

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
.517	﴿اللَّهُ يَصْطَفِي مِنَ الْمَلَائِكَةِ رُسُلاً وَمِنَ النَّاسِ ﴾	75	262
.518	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ ﴾	77	32 270
	❖ سورة المؤمنون		
.519	﴿ قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ﴾	1	110 187
.520	﴿ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ﴾	2	110 187
.521	﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُون ﴾	3	104 110
.522	﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ﴾	4	110
.523	﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُون ﴾	5	50 107 110
.524	﴿ إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ ﴾	6	50 110
.525	﴿ فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ﴾	7	110
.526	﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُون ﴾	8	107 110 284
.527	﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴾	9	110
.528	﴿ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِين ﴾	14	172
.529	﴿وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ﴾	23	33
.530	﴿إِلَى فِرْعَوْنَ وَمَلَئِهِ فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا قَوْماً عَالِين ﴾	46	118
.531	﴿ وَإِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاتَّقُونِ﴾	52	220
.532	﴿إِنَّ الَّذِينَ هُمْ مِنْ خَشْيَةِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُون ﴾	57	109
.533	﴿وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَى رَبِّهِمْ رَاجِعُون ﴾	60	109
.534	﴿ بَلْ قُلُوبُهُمْ فِي غَمْرَةٍ﴾	63	194
.535	﴿أَفَلَمْ يَدَّبَّرُوا الْقَوْلَ ﴾	68	248
.536	﴿ وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُون ﴾	78	201

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
537.	﴿ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ السَّيِّئَة ﴾	96	177
	❖ سورة النور		
538.	﴿ الزَّانِيَةُ وَالزَّانِي فَاجْلِدُوا كُلَّ وَاحِدٍ مِنْهُمَا مِائَةَ جَلْدَةٍ ﴾	2	133
539.	﴿وَلا يَأْتَلِ أُولُو الْفَضْلِ مِنْكُمْ وَالسَّعَةِ أَنْ يُؤْتُوا أُولِي الْقُرْبَى ﴾	22	59 245 281
540.	﴿ يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُون ﴾	24	200
541.	﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ﴾	30	49
542.	﴿وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنّ ﴾	31	49
543.	﴿ وَأَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ ﴾	32	215 224 236
544.	﴿وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدُونَ نِكَاحاً حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِه﴾	33	107 224
545.	﴿فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ ﴾	36	188
546.	﴿رِجَالٌ لا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّه ﴾	37	188 191 198
547.	﴿ أَوْ كَظُلُمَاتٍ فِي بَحْرٍ لُجِّيٍّ يَغْشَاهُ مَوْجٌ مِنْ فَوْقِهِ مَوْجٌ ﴾	40	115
548.	﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُسَبِّحُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالطَّيْرُ صَافَّاتٍ ﴾	41	90
549.	﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُزْجِي سَحَاباً ثُمَّ يُؤَلِّفُ بَيْنَهُ ﴾	43	89
550.	﴿وَاللَّهُ خَلَقَ كُلَّ دَابَّةٍ مِنْ مَاء﴾	45	63
551.	﴿أَفِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَمِ ارْتَابُوا أَمْ يَخَافُونَ أَنْ يَحِيفَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَرَسُولُهُ ﴾	50	284
552.	﴿أَنْ يَقُولُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُون﴾	51	201
553.	﴿وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ	55	42 149 242

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي ﴾		
	❖ سورة الفرقان		
554.	﴿وَاتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ آلِهَةً لا يَخْلُقُونَ شَيْئاً وَهُمْ يُخْلَقُونَ ﴾	3	115
555.	﴿وَلَكِنْ مَتَّعْتَهُمْ وَآبَاءَهُمْ حَتَّى نَسُوا الذِّكْرَ وَكَانُوا قَوْماً بُوراً﴾	18	260
556.	﴿وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلاً﴾	27	80
557.	﴿ يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلاناً خَلِيلاً﴾	28	80
558.	﴿ وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوّاً مِنَ الْمُجْرِمِينَ ﴾	31	221
559.	﴿أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ ﴾	44	249
560.	﴿ وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُوراً﴾	48	212
561.	﴿لِنُحْيِيَ بِهِ بَلْدَةً مَيْتاً وَنُسْقِيَهُ مِمَّا خَلَقْنَا أَنْعَاماً وَأَنَاسِيَّ كَثِيراً﴾	49	212
562.	﴿ وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا ﴾	63	107 108 110
563.	﴿ وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا ﴾	64	110
564.	﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ ﴾	65	110
565.	﴿إِنَّهَا سَاءَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا ﴾	66	110
566.	﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا ﴾	67	110 143 159 162 283 227
567.	﴿وَالَّذِينَ لَا يَدْعُونَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ ﴾	68	110
568.	﴿ يُضَاعَفْ لَهُ الْعَذَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيَخْلُدْ فِيهِ مُهَانًا﴾	69	110
569.	﴿ فَأُولَئِكَ يُبَدِّلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ وَكَانَ اللَّهُ	70	110

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	غَفُورًا رَحِيمًا ﴾		
.570	﴿ وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا ﴾	71	110
.571	﴿وَالَّذِينَ لَا يَشْهَدُونَ الزُّورَ وَإِذَا مَرُّوا بِاللَّغْوِ مَرُّوا كِرَامًا ﴾	72	110 105 50
.572	﴿ وَالَّذِينَ إِذَا ذُكِّرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ لَمْ يَخِرُّوا عَلَيْهَا صُمًّا وَعُمْيَانًا ﴾	73	110
.573	﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ ﴾	74	215 110
	❖ سورة الشعراء		
.574	﴿ أَوَلَمْ يَرَوْا إِلَى الْأَرْضِ كَمْ أَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ زَوْجٍ كَرِيمٍ﴾	7	202
.575	﴿الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ﴾	78	170
.576	﴿وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ﴾	79	170 42
.577	﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾	80	170 42
.578	﴿وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ﴾	81	170
.579	﴿وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنْ يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ﴾	82	170
.580	﴿ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾	89	190
.581	﴿وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ﴾	215	291
	❖ سورة النمل		
.582	﴿ يَا مُوسَى لا تَخَفْ إِنِّي لا يَخَافُ لَدَيَّ الْمُرْسَلُونَ﴾	10	258
.583	﴿وَجَدْتُهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُونَ لِلشَّمْسِ مِنْ دُونِ اللَّهِ﴾	24	114
.584	﴿ قَالَتْ إِنَّ الْمُلُوكَ إِذَا دَخَلُوا قَرْيَةً أَفْسَدُوهَا ﴾	34	256
.585	﴿ فَمَا آتَانِيَ اللَّهُ خَيْرٌ مِمَّا آتَاكُمْ بَلْ أَنْتُمْ بِهَدِيَّتِكُمْ تَفْرَحُونَ ﴾	36	242

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
586.	﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ ﴾	62	42 189 197 268 277
587.	﴿قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانْظُرُوا ﴾	69	202
588.	﴿ صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي أَتْقَنَ كُلَّ شَيْءٍ﴾	88	172
	❖ سورة القصص		
589.	﴿ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلا تَخَافِي وَلا تَحْزَنِي ﴾	7	216
590.	﴿إِنَّ فِرْعَوْنَ وَهَامَانَ وَجُنُودَهُمَا كَانُوا خَاطِئِين ﴾	8	118
591.	﴿ وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَى فَارِغاً ﴾	10	216 221
592.	﴿ وَقَالَتْ لِأُخْتِهِ قُصِّيهِ فَبَصُرَتْ بِهِ عَنْ جُنُبٍ ﴾	11	216
593.	﴿ فَرَدَدْنَاهُ إِلَى أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلا تَحْزَنَ ﴾	13	216
594.	﴿ فَخَرَجَ مِنْهَا خَائِفاً يَتَرَقَّبُ ﴾	21	241
595.	﴿فَسَقَى لَهُمَا ثُمَّ تَوَلَّى إِلَى الظِّلِّ ﴾	24	176 291
596.	﴿فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ ﴾	25	60
597.	﴿ يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الْأَمِينُ﴾	26	107
598.	﴿وَقَالَ فِرْعَوْنُ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُ مَا عَلِمْتُ لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرِي﴾	38	118
599.	﴿وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ﴾	55	105
600.	﴿ مَنْ إِلَهٌ غَيْرُ اللَّهِ يَأْتِيكُمْ بِلَيْلٍ تَسْكُنُونَ فِيهِ أَفَلا تُبْصِرُون ﴾	72	213
601.	﴿ وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ ﴾	73	213
602.	﴿ لا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْفَرِحِين ﴾	76	151 242
603.	﴿وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ﴾	77	171
	❖ سورة العنكبوت		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
604.	﴿ووَصَّيْنَا الانسَــانَ بِوَالِدَيْهِ حُسْنًا ﴾	8	68
605.	﴿ ولَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحًا إِلَى قَوْمِهِ فَلَبِثَ فِيهِمْ أَلْفَ سَنَةٍ إِلَّا خَمْسِينَ عَامًا﴾	14	187
606.	﴿ أَوَلَمْ يَرَوْا كَيْفَ يُبْدِئُ اللَّهُ الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ ﴾	19	203
607.	﴿قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانْظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ﴾	20	248
608.	﴿وَإِلَى مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْباً فَقَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّه ﴾	36	33
609.	﴿وَمِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَمِنْهُمْ مَنْ أَغْرَقْنَا﴾	40	213
610.	﴿ وَإِنَّ أَوْهَنَ الْبُيُوتِ لَبَيْتُ الْعَنْكَبُوتِ ﴾	41	145
611.	﴿وتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُون ﴾	43	146 250 145
612.	﴿وأَقِمِ الصَّلاةَ إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ﴾	45	188 53
613.	﴿وَلا تُجَادِلُوا أَهْلَ الْكِتَابِ إِلا بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِلا الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْهُمْ﴾	46	174
614.	﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِلَيْنَا تُرْجَعُون ﴾	57	240
615.	﴿وكَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ﴾	60	30
616.	﴿ وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِين ﴾	69	173
	❖ سورة الروم		
617.	﴿ لِلَّه الْأَمْرُ مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدُ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ﴾	4	243
618.	﴿ بِنَصْرِ اللَّهِ يَنْصُرُ مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ﴾	5	243

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
619.	﴿وَعْدَ اللَّهِ لا يُخْلِفُ اللَّهُ وَعْدَهُ ﴾	6	30
620.	﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً ﴾	21	64 72 73 215 230 236 252
621.	﴿ وَاخْتِلافُ أَلْسِنَتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآياتٍ لِلْعَالِمِينَ ﴾	22	262 263
622.	﴿وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ ﴾	23	64 212
623.	﴿ فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ﴾	30	217
624.	﴿ وكَانَ حَقّاً عَلَيْنَا نَصْرُ الْمُؤْمِنِين ﴾	47	41
625.	﴿ كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الَّذِينَ لا يَعْلَمُون ﴾	59	194
	❖ سورة لقمان		
626.	﴿ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ﴾	13	28 74 75
627.	﴿ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ ﴾	14	69 74 75
628.	﴿وَإِنْ جَاهَدَاكَ عَلَى أَنْ تُشْرِكَ بِي مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ فَلا تُطِعْهُمَا ﴾	15	74 75
629.	﴿ يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ ﴾	17	74،75
630.	﴿يَا بُنَيَّ إِنَّهَا إِنْ تَكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِي صَخْرَةٍ ﴾	16	74،75
631.	﴿وَلا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً ﴾	18	74 75 108 281
632.	﴿ وَاقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَاغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ ﴾	19	74 75 108
633.	﴿أَلَمْ تَرَوْا أَنَّ اللَّهَ سَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ﴾	20	82

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
634.	﴿ وَسَخَّرَ الشَّمْسَ وَالْقَمَرَ كُلٌّ يَجْرِي إِلَى أَجَ مُسَمّىً ﴾	29	203
	❖ سورة السجدة		
635.	﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ ﴾	7	171
636.	﴿ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ ﴾	9	185 200 201
637.	﴿ قُلْ يَتَوَفَّاكُمْ مَلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ﴾	11	240
638.	﴿أَفَمَنْ كَانَ مُؤْمِناً كَمَنْ كَانَ فَاسِقاً لا يَسْتَوُون ﴾	18	147
639.	﴿ أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا نَسُوقُ الْمَاءَ إِلَى الْأَرْضِ الْجُرُزِ﴾	27	202
	❖ سورة الأحزاب		
640.	﴿ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرِ ﴾	10	194 239
641.	﴿وَإِذْ قَالَتْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ يَا أَهْلَ يَثْرِبَ لا مُقَامَ لَكُمْ فَارْجِعُوا ﴾	13	124
642.	﴿وَلَوْ دُخِلَتْ عَلَيْهِمْ مِنْ أَقْطَارِهَا ثُمَّ سُئِلُوا الْفِتْنَةَ لَآتَوْهَا ﴾	14	124
643.	﴿قَدْ يَعْلَمُ اللَّهُ الْمُعَوِّقِينَ مِنْكُمْ وَالْقَائِلِينَ لِإِخْوَانِهِمْ هَلُمَّ إِلَيْنَا ﴾	18	125
644.	﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ ﴾	21	152،170
645.	﴿ وَمَا زَادَهُمْ إِلَّا إِيمَاناً وَتَسْلِيماً﴾	22	268
646.	﴿ لِيَجْزِيَ اللَّهُ الصَّادِقِينَ بِصِدْقِهِمْ ﴾	24	283
647.	﴿ وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرُّعْب ﴾	26	194
648.	﴿ وَالصَّادِقِينَ وَالصَّادِقَاتِ ﴾	35	59
649.	﴿ وَالصَّابِرِينَ وَالصَّابِرَاتِ ﴾	35	61
650.	﴿وَالْحَافِظِينَ فُرُوجَهُمْ وَالْحَافِظَاتِ﴾	35	50
651.	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً﴾	41	57 278
652.	﴿ وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً﴾	42	57
653.	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلاً	70	48

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	سَدِيداً﴾		
	❖ سورة سبأ		
.654	﴿ حَتَّى إِذَا فُزِّعَ عَنْ قُلُوبِهِمْ ﴾	23	194
.655	﴿وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَنْ نُؤْمِنَ بِهَذَا الْقُرْآنِ ﴾	31	251
.656	﴿قُلْ إِنَّمَا أَعِظُكُمْ بِوَاحِدَةٍ ﴾	46	251
	❖ سورة فاطر		
.657	﴿ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوّاً ﴾	6	221
.658	﴿الَّذِينَ كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ ﴾	7	147 152
.659	﴿مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعاً ﴾	10	282
.660	﴿وَمَا يُعَمَّرُ مِنْ مُعَمَّرٍ وَلا يُنْقَصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ﴾	11	31
.661	﴿وَمَا يَسْتَوِي الْبَحْرَانِ هَذَا عَذْبٌ فُرَاتٌ سَائِغٌ شَرَابُهُ وَهَذَا مِلْحٌ أُجَاجٌ ﴾	12	89
.662	﴿ وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٌ﴾	27	89
.663	﴿وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ﴾	28	203 263
.664	﴿ إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلاةَ ﴾	29	281،188
.665	﴿ثُمَّ أَوْرَثْنَا الْكِتَابَ الَّذِينَ اصْطَفَيْنَا مِنْ عِبَادِنَا ﴾	32	111 263
	❖ سورة يس		
.666	﴿وَآيَةٌ لَهُمُ اللَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُمْ مُظْلِمُونَ﴾	37	91
.667	﴿وَالشَّمْسُ تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَهَا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ﴾	38	91
.668	﴿وَالْقَمَرَ قَدَّرْنَاهُ مَنَازِلَ حَتَّى عَادَ كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ﴾	39	91
.669	﴿لا الشَّمْسُ يَنْبَغِي لَهَا أَنْ تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلا اللَّيْلُ	40	91 157

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	سَابِقُ النَّهَارِ ﴾		
670.	﴿ وَإِنْ نَشَأْ نُغْرِقْهُمْ فَلا صَرِيخَ لَهُمْ وَلا هُمْ يُنْقَذُون ﴾	43	213
671.	﴿ قَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنُطْعِمُ مَنْ لَوْ يَشَاءُ اللَّهُ أَطْعَمَهُ ﴾	47	223
672.	﴿ أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّا خَلَقْنَا لَهُمْ مِمَّا عَمِلَتْ أَيْدِينَا أَنْعَاماً فَهُمْ لَهَا مَالِكُون ﴾	71	202
	❖ سورة الصافات		
673.	﴿ إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾	84	190
674.	﴿ رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِين ﴾	100	215
675.	﴿فَبَشَّرْنَاهُ بِغُلامٍ حَلِيمٍ﴾	101	168
676.	﴿ فَلَوْلا أَنَّهُ كَانَ مِنَ الْمُسَبِّحِينَ﴾	143	233
677.	﴿لَلَبِثَ فِي بَطْنِهِ إِلَى يَوْمِ يُبْعَثُون ﴾	144	233
678.	﴿وَإِنَّ جُنْدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُون ﴾	173	41
	❖ سورة ص		
679.	﴿ وَاذْكُرْ عَبْدَنَا دَاوُدَ ذَا الْأَيْدِ إِنَّهُ أَوَّابٌ﴾	17	13
680.	﴿ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ﴾	26	260
681.	﴿ أَمْ نَجْعَلُ الْمُتَّقِينَ كَالْفُجَّارِ﴾	28	147 152
682.	﴿وَوَهَبْنَا لِدَاوُدَ سُلَيْمَانَ نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ﴾	30	13
683.	﴿ فَقَالَ إِنِّي أَحْبَبْتُ حُبَّ الْخَيْرِ عَنْ ذِكْرِ رَبِّي ﴾	32	235
684.	﴿ قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَهَبْ لِي مُلْكاً لا يَنْبَغِي لِأَحَدٍ مِنْ بَعْدِي ﴾	35	235
685.	﴿وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ﴾	41	168
686.	﴿إِنَّا وَجَدْنَاهُ صَابِراً نِعْمَ الْعَبْدُ إِنَّهُ أَوَّابٌ﴾	44	13
	❖ سورة الزمر		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
.687	﴿إِنَّا أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ فَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصاً لَهُ الدِّين ﴾	2	101
.688	﴿ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾	10	149 42
.689	﴿قُلْ إِنِّي أُمِرْتُ أَنْ أَعْبُدَ اللَّهَ مُخْلِصاً لَهُ الدِّين ﴾	11	101
.690	﴿الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ ﴾	18	201 174 51
.691	﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ ﴾	22	261
.692	﴿اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَاباً مُتَشَابِهاً مَثَانِيَ ﴾	23	172 102
.693	﴿وَلَقَدْ ضَرَبْنَا لِلنَّاسِ فِي هَذَا الْقُرْآنِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُون ﴾	27	146 145
.694	﴿ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلاً رَجُلاً فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلاً سَلَماً لِرَجُلٍ ﴾	29	34 9
.695	﴿فَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ كَذَبَ عَلَى اللَّهِ وَكَذَّبَ بِالصِّدْقِ إِذْ جَاءَهُ ﴾	32	283
.696	﴿وَالَّذِي جَاءَ بِالصِّدْقِ وَصَدَّقَ بِهِ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ﴾	33	283
.697	﴿ اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا ﴾	42	253 31،185
.698	﴿ وَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ ﴾	45	193
.699	﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ ﴾	53	231 109 41 280
	❖ سورة غافر		
.700	﴿ رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَحْمَةً وَعِلْماً ﴾	7	269
.701	﴿ فَادْعُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُون ﴾	14	239

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
702.	﴿ يُلْقِي الرُّوحَ مِنْ أَمْرِهِ عَلَى مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ ﴾	15	184
703.	﴿ وَأَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى الْحَنَاجِرِ كَاظِمِينَ ﴾	18	194
704.	﴿وَقَالَ فِرْعَوْنُ ذَرُونِي أَقْتُلْ مُوسَى ﴾	26	118
705.	﴿وَقَالَ رَجُلٌ مُؤْمِنٌ مِنْ آلِ فِرْعَوْنَ يَكْتُمُ إِيمَانَهُ ﴾	28	175
706.	﴿ قَالَ فِرْعَوْنُ مَا أُرِيكُمْ إِلَّا مَا أَرَى وَمَا أَهْدِيكُمْ إِلَّا سَبِيلَ الرَّشَادِ﴾	29	118
707.	﴿ وَقَالَ الَّذِي آَمَنَ يَا قَوْمِ اتَّبِعُونِ أَهْدِكُمْ سَبِيلَ الرَّشَادِ﴾	38	175
708.	﴿يَا قَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَاعٌ وَإِنَّ الْآَخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ﴾	39	175
709.	﴿ مَنْ عَمِلَ سَيِّئَةً فَلَا يُجْزَى إِلَّا مِثْلَهَا ﴾	40	175
710.	يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾	41	175
711.	﴿وَيَا قَوْمِ مَا لِي أَدْعُوكُمْ إِلَى النَّجَاةِ وَتَدْعُونَنِي إِلَى النَّارِ﴾	42	175
712.	﴿ وَأَنَا أَدْعُوكُمْ إِلَى الْعَزِيزِ الْغَفَّارِ﴾	43	175
713.	﴿لَا جَرَمَ أَنَّمَا تَدْعُونَنِي إِلَيْهِ لَيْسَ لَهُ دَعْوَةٌ ﴾	44	175 241
714.	﴿فَسَتَذْكُرُونَ مَا أَقُولُ لَكُمْ وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ ﴾	45	175
715.	﴿ وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ﴾	60	197 276
716.	﴿اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ ﴾	61	64 213
717.	﴿ وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ ﴾	64	172
	❖ سورة فصلت		
718.	﴿ فَقَالَ لَهَا وَلِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعاً أَوْ كَرْهاً قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ ﴾	11	90

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
719.	﴿ حَتَّى إِذَا مَا جَاءُوهَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ وَجُلُودُهُمْ ﴾	20	200
720.	﴿ وَقَالُوا لِجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَيْنَا قَالُوا أَنْطَقَنَا اللَّهُ﴾	21	200
721.	﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ ﴾	30	232 178
722.	﴿وَمَنْ أَحْسَنُ قَوْلاً مِمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحاً ﴾	33	173
723.	﴿وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ﴾	34	177 102 77 289 245
724.	﴿إِنَّ رَبَّكَ لَذُو مَغْفِرَةٍ وَذُو عِقَابٍ أَلِيمٍ﴾	43	152،162
725.	﴿ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدىً وَشِفَاءٌ ﴾	44	196،266
726.	﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحاً فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا﴾	46	151 148
727.	﴿ لا يَسْأَمُ الْأِنْسَانُ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَؤُوسٌ قَنُوطٌ﴾	49	232
	❖ سورة الشورى		
728.	﴿ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجاً وَمِنَ الْأَنْعَامِ أَزْوَاجاً ﴾	11	214
729.	﴿ قُلْ لا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْراً إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى﴾	23	230
730.	﴿وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ ﴾	25	41
731.	﴿ فَمَنْ عَفَا وَأَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ ﴾	40	226
732.	﴿وَلَمَنْ صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾	43	245 177 61 291
733.	﴿ وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحاً مِنْ أَمْرِنَا ﴾	52	184

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	❖ سورة الزخرف		
734.	﴿ ورَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضاً سُخْرِيّاً ﴾	32	262
735.	﴿ قَالَ يَا قَوْمِ أَلَيْسَ لِي مُلْكُ مِصْرَ وَهَذِهِ الْأَنْهَارُ﴾	50	218
736.	﴿أَمْ أَنَا خَيْرٌ مِنْ هَذَا الَّذِي هُوَ مَهِينٌ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ﴾	51	218
737.	﴿ فَلَوْلَا أُلْقِيَ عَلَيْهِ أَسْوِرَةٌ مِنْ ذَهَبٍ ﴾	52	218
738.	﴿الْأَخِلَّاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِين ﴾	67	80
739.	﴿ فَاصْفَحْ عَنْهُمْ ﴾	89	245
	❖ سورة الدخان		
740.	﴿مِنْ فِرْعَوْنَ إِنَّهُ كَانَ عَالِياً مِنَ الْمُسْرِفِين ﴾	31	82 118
	❖ سورة الجاثية		
741.	﴿اللَّهُ الَّذِي سَخَّرَ لَكُمُ الْبَحْرَ لِتَجْرِيَ الْفُلْكُ فِيهِ بِأَمْرِهِ ﴾	12	
742.	﴿ وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً مِنْهُ ﴾	13	252 84 82
743.	﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ ﴾	23	114
744.	﴿وَقِيلَ الْيَوْمَ نَنْسَاكُمْ كَمَا نَسِيتُمْ لِقَاءَ يَوْمِكُمْ هَذَا ﴾	34	261
	❖ سورة الأحقاف		
745.	﴿ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهاً وَوَضَعَتْهُ كُرْهاً ﴾	15	216 173 69
746.	﴿ أَوَلَمْ يَرَوْا أَنَّ اللَّهَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَمْ يَعْيَ بِخَلْقِهِنَّ ﴾	33	203
747.	﴿فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُوا الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ﴾	35	62
	❖ سورة محمد		
748.	محمد: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ تَنْصُرُوا اللَّهَ	7	41

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	يَنْصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ﴾		
749.	﴿ فَاعْلَمْ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ﴾	19	250
750.	﴿فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ﴾	22	77
751.	﴿ أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعْمَى أَبْصَارَهُمْ ﴾	23	77
752.	﴿ أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا﴾	24	190
753.	﴿وَلَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ ﴾	30	96
754.	﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ﴾	31	286
	❖ سورة الفتح		
755.	﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ ﴾	4	190 192
756.	﴿ وَمَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ﴾	17	264
757.	﴿ سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ ﴾	29	96
	❖ سورة الحجرات		
758.	﴿ أُولَئِكَ الَّذِينَ امْتَحَنَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ لِلتَّقْوَى﴾	3	192
759.	﴿وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْأِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ﴾	7	190 195 234،237
760.	﴿ وَلا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ﴾	11	150
761.	﴿أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتاً فَكَرِهْتُمُوهُ﴾	12	145 150،222 284
762.	﴿ وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْأِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ ﴾	14	190 263 267
763.	﴿إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ	15	36 267

الصفحة	رقم الآية	الآية الكريمة	م.
		يَرْتَابُوا ﴾	
		❖ سورة ق	
84	6	﴿أَفَلَمْ يَنْظُرُوا إِلَى السَّمَاءِ فَوْقَهُمْ كَيْفَ بَنَيْنَاهَا وَزَيَّنَّاهَا وَمَا لَهَا مِنْ فُرُوجٍ﴾	.764
49	18	﴿ مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ ﴾	.765
13	32	﴿هَذَا مَا تُوعَدُونَ لِكُلِّ أَوَّابٍ حَفِيظٍ﴾	.766
256 190	37	﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ ﴾	.767
138،259	45	﴿فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخَافُ وَعِيدِ﴾	.768
		❖ سورة الذاريات	
77	19	﴿وَفِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ﴾	.769
241 29	22	﴿وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ ﴾	.770
168	28	﴿فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً قَالُوا لا تَخَفْ وَبَشَّرُوهُ بِغُلامٍ عَلِيمٍ﴾	.771
214	49	﴿ وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾	.772
259	55	﴿وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ﴾	.773
35 31	56	﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾	.774
30	57	﴿مَا أُرِيدُ مِنْهُمْ مِنْ رِزْقٍ وَمَا أُرِيدُ أَنْ يُطْعِمُونِ ﴾	.775
241 30	58	﴿ إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ﴾	.776
		❖ سورة النجم	
42	32	﴿ إِنَّ رَبَّكَ وَاسِعُ الْمَغْفِرَةِ ﴾	.777
263	48	﴿ وَأَنَّهُ هُوَ أَغْنَى وَأَقْنَى﴾	.778
		❖ سورة القمر	
203	2	﴿ وَإِنْ يَرَوْا آيَةً يُعْرِضُوا وَيَقُولُوا سِحْرٌ مُسْتَمِرٌّ﴾	.779
157	49	﴿إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ﴾	.780
		❖ سورة الرحمن	
157	5	﴿الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ﴾	.781

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
782.	﴿وَالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدَانِ﴾	6	157 90
783.	﴿ وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ ﴾	7	157
784.	﴿فَبِأَيِّ آلاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴾	13	257
785.	﴿يُعْرَفُ الْمُجْرِمُونَ بِسِيمَاهُمْ ﴾	41	96
786.	﴿ وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّتَانِ﴾	46	242
787.	﴿هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَانِ إِلَّا الْإِحْسَانُ﴾	60	143
	❖ سورة الواقعة		
788.	﴿ وَكُنْتُمْ أَزْوَاجًا ثَلَاثَةً ﴾	7	98
789.	﴿ فَأَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ ﴾	8	98
790.	﴿ وَأَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ مَا أَصْحَابُ الْمَشْأَمَةِ﴾	9	98
791.	﴿ وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُونَ ﴾	10	98
792.	﴿فَسَبِّحْ بِاسْمِ رَبِّكَ الْعَظِيمِ﴾	74	57
	❖ سورة الحديد		
793.	﴿آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَأَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَخْلَفِينَ فِيهِ ﴾	7	282
794.	﴿ أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ﴾	16	191
795.	﴿سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ ﴾	21	219 175
796.	﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ ﴾	22	268،269 26،43
797.	﴿ لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ﴾	23	232
798.	﴿ وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً ﴾	27	190
	❖ سورة المجادلة		
799.	﴿يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ﴾	1	251

الصفحة	رقم الآية	الآية الكريمة	م.
134	2	﴿ الَّذِينَ يُظَاهِرُونَ مِنْكُمْ مِنْ نِسَائِهِمْ مَا هُنَّ أُمَّهَاتِهِمْ ﴾	.800
134	3	﴿ وَالَّذِينَ يُظَاهِرُونَ مِنْ نِسَائِهِمْ ثُمَّ يَعُودُونَ لِمَا قَالُوا فَتَحْرِيرُ رَقَبَةٍ﴾	.801
211 134	4	﴿ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ شَهْرَيْنِ مُتَتَابِعَيْنِ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَتَمَاسَّا ﴾	.802
187	7	﴿ مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ ﴾	.803
173	7	﴿ مَا يَكُونُ مِنْ نَجْوَى ثَلاثَةٍ إِلَّا هُوَ رَابِعُهُمْ ﴾	.804
263	11	﴿يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ﴾	.805
261	19	﴿اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنْسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ ﴾	.806
225 197 184 237 238 230	22	﴿أولئك كتب في قلوبهم الإيمان ﴾	.807
		❖ سورة الحشر	
249	2	﴿ فَاعْتَبِرُوا يَا أُولِي الْأَبْصَارِ﴾	.808
263 154	7	﴿ وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا ﴾	.809
264	8	﴿ وَيَنْصُرُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ﴾	.810
264 235	9	﴿ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا ﴾	.811
191 59 267 195،264 281	10	﴿ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْأِيمَانِ﴾	.812
120	11	﴿ لَئِنْ أُخْرِجْتُمْ لَنَخْرُجَنَّ مَعَكُمْ وَلا نُطِيعُ فِيكُمْ أَحَداً أَبَداً ﴾	.813
249	14	﴿ تَحْسَبُهُمْ جَمِيعاً وَقُلُوبُهُمْ شَتَّى ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا	.814

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	يَعْقِلُون ﴾		
.815	﴿وَلا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ﴾	19	260
.816	﴿ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُون ﴾	21	145 253
.817	﴿هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ﴾	22	25
.818	﴿ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ ﴾	23	25
.819	﴿هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى ﴾	24	25
	❖ سورة الممتحنة		
.820	﴿قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ ﴾	4	153
.821	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَتَوَلَّوْا قَوْماً غَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ ﴾	13	220
	❖ سورة الصف		
.822	﴿كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لا تَفْعَلُون ﴾	3	56
.823	﴿ فَلَمَّا زَاغُوا أَزَاغَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ ﴾	5	194
	❖ سورة الجمعة		
.824	﴿مَثَلُ الَّذِينَ حُمِّلُوا التَّوْرَاةَ ثُمَّ لَمْ يَحْمِلُوهَا كَمَثَلِ الْحِمَارِ يَحْمِلُ أَسْفَاراً ﴾	5	146
.825	﴿ قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِيكُمْ ﴾	8	240
.826	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلاةِ مِنْ يَوْمِ الْجُمُعَةِ ﴾	9	160
.827	﴿ فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ ﴾	10	160 161 261
	❖ سورة المنافقون		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
.828	﴿إِذَا جَاءَكَ الْمُنَافِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ ﴾	1	119
.829	﴿هُمُ الَّذِينَ يَقُولُونَ لا تُنْفِقُوا عَلَى مَنْ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ حَتَّى يَنْفَضُّوا ﴾	7	126
.830	﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلا أَوْلادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ ﴾	9	226
.831	﴿وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْساً إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا﴾	11	31 240
	❖ سورة التغابن		
.832	﴿ وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ ﴾	3	172
.833	﴿وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ﴾	11	28 38 190 192 267
.834	﴿ وَإِنْ تَعْفُوا وَتَصْفَحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾	14	104
.835	﴿فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوا وَأَطِيعُوا ﴾	16	282
	❖ سورة الطلاق		
.836	﴿ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ﴾	1	134
.837	﴿ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجاً﴾	2	287
.838	﴿ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لا يَحْتَسِبُ﴾	3	287
.839	﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْراً﴾	4	287
.840	﴿ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُعْظِمْ لَهُ أَجْراً﴾	5	287
.841	﴿ قَدْ أَحْسَنَ اللَّهُ لَهُ رِزْقاً﴾	11	267
	❖ سورة التحريم		
.842	﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ﴾	6	57 68

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	❖ سورة الملك		
843.	﴿ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلا﴾	2	173
844.	﴿ مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَاوُتٍ ﴾	3	157
845.	﴿ أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾	14	1
846.	﴿ فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُور﴾	15	241
847.	﴿ فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾	15	210
848.	﴿أَفَمَنْ يَمْشِي مُكِبّاً عَلَى وَجْهِهِ أَهْدَى أَمَّنْ يَمْشِي سَوِيّاً عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ﴾	22	94
849.	﴿ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَا تَشْكُرُون ﴾	23	201
	❖ سورة القلم		
850.	القلم: ﴿نْ وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ﴾	1	251
851.	القلم: ﴿وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ﴾	4	57
	❖ سورة الحاقة		
852.	الحاقة: ﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْحَاقَّةُ﴾	3	254
	❖ سورة المعارج		
853.	﴿إِنَّ الْأِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً﴾	19	37
854.	﴿ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً 37﴾	20	37
855.	﴿وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً ﴾	21	37
856.	إ﴿لَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴾	22	37
857.	﴿ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَعْلُوم ﴾	23	37
858.	﴿ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ ﴾	24	37
859.	﴿وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ﴾	25	37

الصفحة	رقم الآية	الآية الكريمة	م.
37	26	﴿ وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ﴾	860.
37،240	27	﴿وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ﴾	861.
37	28	﴿الَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ﴾	862.
37	29	﴿إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴾	863.
37	30	﴿فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ﴾	864.
37	31	﴿وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ ﴾	865.
37	32	﴿ وَالَّذِينَ هُمْ بِشَهَادَاتِهِمْ قَائِمُونَ ﴾	866.
37	33	﴿ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُون ﴾	867.
		❖ سورة نوح	
187	1	﴿ إِنَّا أَرْسَلْنَا نُوحاً إِلَى قَوْمِهِ أَنْ أَنْذِرْ ﴾	868.
187	2	﴿قَالَ يَا قَوْمِ إِنِّي لَكُمْ نَذِيرٌ مُبِينٌ﴾	869.
187	3	﴿أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاتَّقُوهُ وَأَطِيعُونِ﴾	870.
31	4	﴿إِنَّ أَجَلَ اللَّهِ إِذَا جَاءَ لا يُؤَخَّرُ﴾	871.
178	5	﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي دَعَوْتُ قَوْمِي لَيْلًا وَنَهَارًا﴾	872.
178	6	﴿ فَلَمْ يَزِدْهُمْ دُعَائِي إِلَّا فِرَارًا ﴾	873.
178	7	﴿ جَعَلُوا أَصَابِعَهُمْ فِي آذَانِهِمْ وَاسْتَغْشَوْا ثِيَابَهُمْ ﴾	874.
178	8	﴿ ثُمَّ إِنِّي دَعَوْتُهُمْ جِهَارًا ﴾	875.
178	9	﴿ ثُمَّ إِنِّي أَعْلَنْتُ لَهُمْ وَأَسْرَرْتُ لَهُمْ إِسْرَارًا﴾	876.
278 149	10	﴿فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّاراً﴾	877.
278 149	11	﴿يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَاراً﴾	878.
278 149	12	﴿وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ ﴾	879.
		❖ سورة الجن	
201	13	﴿ وَأَنَّا لَمَّا سَمِعْنَا الْهُدَى آمَنَّا بِهِ﴾	880.
		❖ سورة المزمل	
256	6	﴿إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئاً وَأَقْوَمُ قِيلاً﴾	881.

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	❖ سورة المدثر		
882.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا سَقَرُ﴾	27	254
883.	❖ سورة القيامة		
884.	﴿وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾	2	185 12
885.	﴿بَلِ الْأِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ﴾	14	45
	❖ سورة الإنسان		
886.	﴿إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِراً وَإِمَّا كَفُوراً﴾	3	46
887.	﴿وَيُطْعِمُونَ الطَّعَامَ عَلَى حُبِّهِ مِسْكِيناً وَيَتِيماً وَأَسِيراً﴾	8	211 78
888.	﴿ إِنَّ هَؤُلاءِ يُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ ﴾	27	236
	❖ سورة المرسلات		
889.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا يَوْمُ الْفَصْلِ﴾	14	254
890.	﴿ وَيْلٌ يَوْمَئِذٍ لِلْمُكَذِّبِينَ﴾	15	257
	❖ سورة النبأ		
891.	﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتاً وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاساً﴾	10 9	64
892.	﴿يوم يقوم الروح والملائكة صفا لا يتكلمون ﴾	38	184
	❖ سورة النازعات		
893.	﴿ قُلُوبٌ يَوْمَئِذٍ وَاجِفَةٌ﴾	8	193 190
894.	﴿فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى﴾	24	118
895.	﴿فَأَمَّا مَنْ طَغَى﴾	37	45
896.	﴿ وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا﴾	38	45
897.	﴿ فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى﴾	39	45
898.	﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى﴾	40	242 45
899.	﴿ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى﴾	41	242 45
	❖ سورة عبس		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
900.	﴿أَوْ يَذَّكَّرُ فَتَنْفَعَهُ الذِّكْرَى﴾	4	259
	❖ سورة الانفطار		
901.	﴿إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ﴾	13	152
902.	﴿وَإِنَّ الْفُجَّارَ لَفِي جَحِيمٍ﴾	14	152
903.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا يَوْمُ الدِّينِ﴾	17	254
904.	﴿ ثُمَّ مَا أَدْرَاكَ مَا يَوْمُ الدِّينِ﴾	18	254
	❖ سورة المطففين		
905.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا سِجِّينٌ ﴾	8	254
906.	﴿ كِتَابٌ مَرْقُومٌ﴾	9	254
907.	﴿ كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُون ﴾	14	195
908.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا عِلِّيُّونَ﴾	19	254
909.	﴿ كِتَابٌ مَرْقُومٌ﴾	20	254
910.	﴿ وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُون ﴾	26	219 225
	❖ سورة الأعلى		
911.	﴿سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى﴾	1	57
912.	﴿سَنُقْرِئُكَ فَلا تَنْسَى﴾	6	260
913.	﴿فَذَكِّرْ إِنْ نَفَعَتِ الذِّكْرَى﴾	9	259
914.	﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى﴾	14	51 52
915.	﴿وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى﴾	15	52
	❖ سورة الغاشية		
916.	﴿أَفَلا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ﴾	17	83 203
917.	﴿ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ﴾	18	83 203
918.	﴿ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ﴾	19	83 203
919.	﴿وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ﴾	20	83 203
920.	﴿فَذَكِّرْ إِنَّمَا أَنْتَ مُذَكِّرٌ﴾	21	259
	❖ سورة الفجر		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
921.	﴿ وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبّاً جَمّاً﴾	20	235 219
922.	﴿ يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ﴾	27	185 14 7
923.	﴿ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً﴾	28	14 7
	❖ سورة البلد		
924.	﴿ لَقَدْ خَلَقْنَا الْأِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾	4	227
925.	﴿وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ﴾	10	46
926.	﴿فَلَا اقْتَحَمَ الْعَقَبَةَ﴾	11	290 77
927.	﴿ وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ﴾	12	290
928.	﴿فَكُّ رَقَبَةٍ﴾	13	77،290
929.	﴿أَوْ إِطْعَامٌ فِي يَوْمٍ ذِي مَسْغَبَةٍ﴾	14	290 211 77
930.	﴿يَتِيماً ذَا مَقْرَبَةٍ﴾	15	290 77
931.	﴿أَوْ مِسْكِيناً ذَا مَتْرَبَةٍ﴾	16	290 77
932.	﴿ ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ﴾	17	290 177
933.	﴿أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ﴾	18	290
	❖ سورة الشمس		
934.	﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا﴾	7	46 185 8 1
935.	﴿فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا﴾	8	46،185 8 1
936.	﴿قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا﴾	9	51 46 8 1
937.	﴿وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا﴾	10	46 8 1
	❖ سورة الضحى		
938.	﴿فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلا تَقْهَرْ﴾	9	78
939.	﴿ وَأَمَّا السَّائِلَ فَلا تَنْهَرْ﴾	10	78
	❖ سورة الشرح		
940.	﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً﴾	6 5	43
	❖ سورة التين		

م.	الآية الكريمة	رقم الآية	الصفحة
	❖ سورة الهمزة		
957.	﴿ وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَةٍ﴾	1	150،222
958.	﴿وَيْلٌ لِكُلِّ هُمَزَةٍ لُمَزَةٍ﴾	1	150
959.	﴿وَمَا أَدْرَاكَ مَا الْحُطَمَةُ﴾	5	254
	❖ سورة قريش		
960.	﴿فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ ﴾	3 4	63
961.	﴿ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ﴾	4	63،210 211
	❖ سورة الماعون		
962.	﴿فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ﴾	4	121
963.	﴿ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلاتِهِمْ سَاهُون ﴾	5	121
	❖ سورة النصر		
964.	﴿فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّاباً﴾	3	57
	❖ سورة الناس		
965.	﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مَلِكِ النَّاسِ إِلَهِ النَّاسِ﴾	1 -3	22،23
	❖ سورة الإخلاص		
966.	﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ اللَّهُ الصَّمَدُ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُواً أَحَدٌ﴾	1 -4	24

فهرس الأحاديث النبوية

الصفحة	الحديث	م
226	إنه لا بأس بالغنى لمن اتقى، والصحة لمن اتقى خير من الغنى ...	.23
279	إنه ليغان على قلبي وإني لاستغفر الله في كل يوم مائه مرة ...	.24
71	أول ما بدئ به رسول الله صلى الله عليه وسلم من الوحي ...	.25
282	إياكم الظن فإن الظن أكذب الحديث ولا تحاسدوا ...	.26
9،14	البر ما اطمأنت إليه النفس، واطمأن إليه القلب ...	.27
57	بعثت لأتمم حسن الأخلاق ...	.28
292	تبسمك في وجه أخيك لك صدقه ...	.29
63	تداووا فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له دواء ...	.30
235	ثلاث من كن فيه وجد بهن حلاوة الإيمان ...	.31
283	خصلتان لا يجتمعان في مؤمن البخل وسوء الخلق ...	.32
57	خياركم أحاسنكم أخلاقاً ...	.33
80	خير الأصحاب عند الله خيرهم لصاحبه ...	.34
171	ذاق طعم الإيمان من رضي بالله رباً ...	.35
63	ذهب الظمأ وابتلت العروق وثبت الأجر إن شاء الله ...	.36
71	رضى الرب في رضى الوالد، وسخط الرب في سخط الوالد ...	.37
49	سئلت النبي ﷺ عن نظرة الفجأة فقال : فأمرني أن اصرف بصري .	.38
78	الساعي على الأرملة والمسكين، كالمجاهد في سبيل الله	.39
284	الصدق طمأنينة والكذب ريبة ...	.40
54	الصيام جنه فإذا كان أحدكم صائماً فلا يرفث ولا يجهل ...	.41
274	الصيام جُنه ، فلا يرفث ولا يجهل وان امرؤ قاتله أو شاتمه ...	.42
170	عجبا لأمر المؤمن إن أمره كله خير ...	.43
64	عشر من الفطرة: قص الشارب، وإعفاء اللحية ...	.44
76	علموا الصبي الصلاة ابن سبع سنين، واضربوه عليها ابن عشر ...	.45
59،109	عليكم بالصدق، فإن الصدق يهدي إلى البر ...	.46
159	فإنك إذا فعلت ذلك هجمت عينك ونفهت نفسك ...	.47
55	فرض رسول الله ﷺ زكاة الفطر طهره للصائم من اللغو ...	.48

فهرس المراجع

1. **القرآن الكريم.**
2. **الاتقان في علوم القرآن** : جلال الدين عبد الرحمن السيوطي /دار الحديث / 2004م
3. **إحياء علوم الدين** : للإمام أبي حامد محمد بن محمد الغزالي/ دار الصابوني/ بدون طبعه
4. **الأدب المفرد** : البخاري / دار الحديث / 2005م
5. **الأساس في التفسير**: سعيد حوى/ دار السلام/ط 6 /2003م
6. **الإسلام وقضايا علم النفس الحديث** : د. نبيل محمد السمالوطي/دار الشروق/ط1984/2م
7. **إسلامنا** : سيد سابق / الفتح للإعلام العربي / طبعه خاصة بالمؤلف
8. **أصول الدعوة** :د. عبد الكريم زيدان / مؤسسة الرسالة/ ط9 /2001م
9. **أضواء البيان في إيضاح القرآن بالقرآن**: محمد الأمين بن محمد المختار الجنكي الشنقيطي / مكتبه ابن تيميه/ط1988م
10. **إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان**: الإمام شمس الدين محمد بن أبي بكر ابن قيم الجو زيه/ تحقيق و تعليق مجدي فتحي السيد /دار الحديث/ط2002م .
11. **آفاق الجمال** : محمد أحمد الراشد / دار المحراب/ط2002/1م
12. **الأمثال من الكتاب والسنة** : أبو عبد الله محمد بن علي بن الحسن بن بشر الحكيم الترمذي / دار الكتب العلمية/ط1 /2002م
13. **الإنسان والنفس في ضوء الكتاب والحديث** : أ. محمد قاروط/دار الكتب العلمية/ ط1 /2002م
14. **أيسر التفاسير**: أبو بكر الجزائري/ دار السلام /ط1/ 1993م
15. **الإيمان أركانه،حقيقته،نواقضه** : د. محمد نعيم ياسين / مكتبة السنة /ط1 /1991م
16. **الإيمان و الحياة** : د. يوسف القرضاوي / مكتبة وهبة /ط9/ 1990
17. **التحرير و التنوير:** محمد بن عاشور /دار سحنون للنشر والتوزيع
18. **تزكيه الأنفس** : سعيد حوى / دار السلام / ط1988/4م

19. **تفسير أبي السعود أو إرشاد العقل السليم إلى مزايا الكتاب الكريم:** لأبي السعود/ دار الفكر/ بدون طبعه

20. **تفسير معالم التنزيل** : البغوي / دار الكتب العلمية/ ط1

21. **تفسير البيضاوي المسمى أنوار التنزيل وأسرار التأويل:** البيضاوي/ دار الكتب العلمية/ط2003/1م

22. **تفسير الجلالين** : جلال الدين محمد بن أحمد المحلي، وجلال الدين عبد الرحمن بن أبي بكر السيوطي / مكتبة منصور ط1 / 2003م

23. **تفسير الشعراوي** : محمد متولي الشعراوي / أخبار اليوم / قطاع الثقافة

24. **تفسير القرآن العظيم:** للإمام الحافظ أبي الفداء إسماعيل بن كثير القرشي الدمشقي/تحقيق د. كمال علي الجمل / دار التوزيع و النشر الإسلامية/ط1998/1م.

25. **التفسير الكبير** : فخر الدين الرازي / دار الفكر /ط2 /1978م

26. **تفسير النسفي:** عبد الله بن أحمد بن محمود النسفي /دار إحياء الكتب العربية

27. **تفسير آيات الأحكام:** محمد علي الصابوني/عالم الكتب /ط1 /1986م

28. **تفسير روح البيان** : إسماعيل حقي بن مصطفى الحنفي الخلوتي البروسوي / دار الكتب العلمية / ط1 /2003م

29. توحيد الخالق/د. عبد المجيد عزيز الزنداني / مكتبه دار المجتمع، دار السلام/ط1 /1985م

30. **ثقافة الداعية** : د. يوسف القرضاوي / مكتبة وهبة / ط 13 / 2004م

31. **الثقافة العربية الإسلامية بين الأصالة والمعاصرة:** د. يوسف القرضاوي / مكتبة وهبة / ط1 /1994م

32. **جامع البيان عن تأويل آي القرآن:** أبو جعفر محمد بن جرير الطبري /دار السلام /ط2007/2م

33. **الجامع الصحيح هو سنن الترمذي:** أبو عيسى محمد بن عيسى بن سورة/ تحقيق مصطفى محمد حسين الذهبي / دار الحديث/ ط1/ 1999م

34. **الجامع لأحكام القرآن** : أبو عبدالله محمد بن أحمد الأنصاري القرطبي / دار الحديث/2002م

35. **جند الله ثقافة وأخلاقاً** : سعيد حوى / دار السلام / ط4 / 2005م

36. **حتى تكون أسعد الناس** :عائض بن عبد الله القرني / دار ابن حزم/ ط2000/1م
37. **الحديث النبوي و علم النفس**: د محمد عثمان نجاتي/ دار الشروق/ط2002م
38. **الخصائص العامه للإسلام** : د. يوسف القرضاوي /مكتبة وهبه /ط6 /2003م
39. **خلق المسلم** : محمد الغزالي /دار القلم / ط2 /1980م
40. **دليل الأنفس بين القرآن الكريم والعلم الحديث** : د. محمد عزالدين توفيق/ دار السلام / ط3 / 2004م
41. **الدين والحياة** : سيد عبد الحميد مرسي /مكتبه وهبة /ط1986/1م
42. **الرحيق المختوم** : صفي الرحمن المباركفوري /دار الوفاء /ط2004م
43. **الرقائق** : محمد أحمد الراشد / دار المنطلق/ بدون طبعه
44. **الروح** :ابن قيم الجو زيه / تحقيق عصام الدين الصبابطي /دار الحديث /ط..2003
45. **روح المعاني في تفسير القرآن العظيم والسبع المثاني**: شهاب الدين السيد محمود الألوسي/ دار الفكر / بدون طبعه
46. **زاد المعاد**: ابن قيم الجوزيه / تحقيق حمدي بن محمد نورالدين آل نوفل /مكتبه الصفا /ط1/ 2002م
47. **زاد على الطريق** : مصطفى مشهور / دار التوزيع والنشر الإسلامية/ بدون طبعه
48. **السعادة وتنمية الصحة النفسية**: د. كمال إبراهيم مرسي/ دار النشر للجامعات/ ط2000/1م
49. **سلسلة أعمال القلوب**: محمد صالح المنجد / دار الفجر للتراث /ط1 /2005م
50. **سنن أبي داود** : أبو داود سليمان بن الأشعث السجستاني/ دار الفكر بدون طبعه .
51. **سنن الدرامي** :الإمام الحافظ عبد الله بن عبد الرحمن الدرامي/ تحقيق سيد إبراهيم، علي محمد علي/ دار الحديث/ ط1
52. **سنن النسائي**: أبو عبد الرحمن أحمد بن شعيب الخرساني النسائي/ دار الكتب العلمية/ ط1/ 2002م
53. **شرح العقيدة الطحاوية** : العلامة صدر الدين علي بن علي بن محمدين أبي العز الحنفي/ تحقيق مصطفى بن العدوى/ دار ابن رجب/ط1/ 2002م
54. **الصحة النفسية** : أ. سفيان إسماعيل مطر / مكتبة الطالب الجامعي بالكلية الجامعية / ط1 / 2008م/

55. **الصحة النفسية في ضوء علم النفس و الإسلام** : د. محمد عودة محمد،د. كمال مرسي/ دار القلم/ط1986/2م
56. **الصحة النفسية والعلاج النفسي**: د.حامد عبد السلام زهران / عالم الكتب/ط1978/2م
57. **الصحة النفسية** : علاء الدين كفافي /هجر للطباعة /ط1990/3م.
58. **صحيح البخاري** : الإمام محمد بن إسماعيل البخاري/ دار الفجر/ ط.2005.
59. **صحيح مسلم**:أبو الحسين مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري / دار الفكر/ ط2004م
60. **صفات الداعية النفسية** : عبد الله ناصح علوان /دار السلام / ط2 / 1990م
61. **صفوة التفاسير**: محمد علي الصابوني / مكتبة جدة/1399هــــ
62. **العبادة في الإسلام** : د. يوسف القرضاوي / مكتبه وهبه /ط1985/15م
63. **العبودية** : تقي الدين أبو العباس أحمد بن عبد الحليم بن تيميه الحراني/ تحقيق محمد زهير الشاويش / المكتب الإسلامي /ط7 /2005م
64. **العلاقات الإنسانية** : د. سيد عبد الحميد مرسي/ مكتبة وهبه/ ط1986/1م
65. **علم النفس الإسلامي العام و التربوي**: د محمد رشاد خليل / دار القلم/ط1987/1م.
66. **فتح الباري** : ابن حجر العسقلاني / دار الحديث/ط1998/1م
67. **فتح القدير الجامع بين فني الرواية و الدراية من علم التفسير**: محمد بن علي بن محمد الشوكاني /الدار الثقافية العربية.
68. **في ظلال القرآن** :سيد قطب /ط14/ دار الشروق.
69. **القرآن وعلم النفس**: د. محمد عثمان نجاتي/ص236/دار الشروق/ ط 6
70. **الكشاف** : أبو القاسم جار الله محمود بن عمر الزمخشري / دار المعرفه
71. **مباحث في علوم القرآن** : مناع القطان / مؤسسه الرسالة /ط35 / 1998م
72. **مبادئ الإسلام** : أ. علي لبن/ دار التوزيع والنشر الإسلامية/ ط1/ 2003م
73. **مختار الصحاح**: الإمام محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي /مكتبه لبنان/ط1988.
74. **المعجم الوسيط**: مجمع اللغة العربية

75. **المفاهيم النفسية في القرآن الكريم** : د محمد عبد المجيد عبد العال /دار المسيرة/ ط2005/1م
76. **مقدمه في التربية الإسلامية** : د. محمود خليل أبو دف/ مكتبة آفاق /ط3 / 2007م/
77. **من بلاغة القرآن** : د محمد ود نعمان شعبان علوان / الدار العربية للنشر والتوزيع / ط 2
78. **من روائع القرآن** : د. محمد سعيد رمضان البوطي / مكتبه الفارابي /ط3
79. **من علم النفس القرآني**: د عدنان الشريف / دار العلم للملايين/ط4/ 2000م.
80. **منهاج المسلم** : أبو بكر الجزائري / دار إحياء الكتب العربيه /ط3
81. **موسوعة القرآن العظيم** : د. عبد المنعم الحفني /مكتبة مدبولي/ط1/ 2004م
82. **الموطأ** : الإمام مالك / مكتبه الصفا/ط1 /2001م
83. **نحو علم نفس إسلامي** : حسن محمد الشرقاوي/ الهيئة المصرية العامة للكتاب /1976م
84. **نزهة المتقين شرح رياض الصالحين** : د مصطفى الخن،د مصطفى البغا / محي الدين مستو، علي الشربجي، محمد أمين لطفي / مؤسسة الرسالة /ط13
85. **نظم الدرر** : برهان الدين البقاعي / دار الكتب العلمية / ط1
86. **النفس البشريه** :د . سيد عبد الحميد مرسي / مكتبه وهبه /ط1 /1982م
87. **النفس المطمئنه**: د. سيد عبد الحميد مرسي/ مكتبة وهبه/ط1683/1م
88. **الوصايا النبوية** : أ.حامد أحمد الطاهر البسيوني /دار الفجر/ط1 /2005

فهرس الموضوعات